

JV JUDO RUMBURK

VÍKENDOVÝ KEMP ZPŘÁTELENÝCH KLUBŮ

pro aktivní závodníky a závodnice – ročníky 2011 - 2000

1. **Datum konání:** pátek 1.2.2019 – neděle 3.2.2019
2. **Místo konání:** SPORTOVNÍ AREÁL JUDO – areál bývalých kasáren
Ul. Královská 1235
408 01 Rumburk
3. **Pořadatel:** JV Judo Rumburk z.s.
Březová 102/3
408 01 Rumburk
4. **Potvrzení o účasti:** Do 29.1.2019 písemně, telefonicky, nebo e-mail

Jiří Koutecký, Březová 102/3, 40801 Rumburk
Mobil: 603866055
e-mail: judorumburk@seznam.cz
5. **Ubytování:** V tělocvičně SPORTOVNÍHO AREÁLU JUDO
6. **Náklady:** Cena kempu je 450,-Kč/osobu. Doprava na vlastní náklady.
7. **Vybavení závodníka:** kimono, spacák, sportovní oblečení, věci osobní hygieny, obuv do tělocvičny, plavky, kapesné, teplé oblečení
9. **Zdravotní zajištění:** Bc. Kolaříková (soukromá chirurgická ambulance Rumburk)
10. **Trenéři:** Jiří Koutecký, Václav Koutecký, Tomáš Kopeček, Patrik Šabo, David Mareš, Suchopár Vít, trenéři od Vás jsou vítáni
11. **Účast:** Kromě zdravotní způsobilosti nejsou žádná omezení.
Optimální množství závodníků z každého klubu 15 členů.
12. **Cíl:** Intenzivnější příprava pro stále kvalitněji obsazované turnaje a navázání bližších kontaktů pro budoucí spolupojování v různých týmech za kraj.

V Rumburku dne 6.1.2019

Za klub JV JUDO Rumburk - trenérská rada

PLÁN VÍKENDOVÉHO KEMPU

1. pátek 1.2.2019

- 17:00 - 18:00, příjezd a seznámení
- 19:00, večeře
- 20:00, hry na žíněnce, potahání
- 21:00, video Judo tak trochu jinak
- 22:00, video projekce, večerka

2. sobota 2.2.2019

- 7:00, rozcvička
- 7:30, snídaně
- 8:00 – 10:00, bazén
- 10:30 – 12:30, trénink
- 13:00, oběd
- 14:00 – 17:00, výlet, např. na rozhlednu Dýmník, starší bruslení na zimním stadiónu
- 17:00 – 18:30, trénink judo
- 19:00, večeře
- 20:00, osobní volno (hry, DVD, atd.)
- 22:00, večerka

3. neděle 3.2.2019

- 8:00, rozcvička
- 8:30, snídaně
- 9:00 – 11:30, turnaj
- 12:00, úklid
- 12:30, oběd
- 13:00 – 14:00, ukončení, odjezd



JV JUDO Rumburk

pořádá

zimní VÍKENDOVÉ SOUSTŘEDĚNÍ

v tělocvičně v areálu bývalých kasáren

1.2.2019 od 17 hodin až 3.2.2019 do 13 - 14 hodin

Cena soustředění je **450,-Kč.**

V ceně je zahrnuto stravování včetně nápojů.

Účastník:

Souhlas rodičů:



JV JUDO Rumburk

pořádá

zimní VÍKENDOVÉ SOUSTŘEDĚNÍ

v tělocvičně v areálu bývalých kasáren

1.2.2019 od 17 hodin až 3.2.2019 do 13 - 14 hodin

Cena soustředění je **450,-Kč.**

V ceně je zahrnuto stravování včetně nápojů.

Účastník:

Souhlas rodičů:

