

# JV JUDO RUMBURK

## VÍKENDOVÝ KEMP ZPŘÁTELENÝCH KLUBŮ

pro aktivní závodníky a závodnice – ročníky 2015 - 2004

1. **Datum konání:** pátek 27.1.2023 – neděle 29.1.2023
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 24.1.2023 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 600,-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:** Dr. Kolařík (soukromá chirurgická ambulance Rumburk)
10. **Trenéři:** Jiří Koutecký, Bradáčová Eliška, Tomáš Kopeček, Ladislav Špaček  
David Mareš, Suchopár Radek, 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 10.1.2023

Za klub JV JUDO Rumburk - trenérská rada

# PLÁN VÍKENDOVÉHO KEMPU

## 1. pátek 27.1.2023

- 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 28.1.2023

- 7:00, rozcvička
- 7:15, snídaně
- 7:30 – 9:00, trénink
- 10:00 – 12:00, bazén
- 12:30, oběd
- 14:00 – 16:30, 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 29.1.2023

- 8:00, rozcvička
- 8:15, snídaně
- 8:30 – 11:00, turnaj
- 11:30, úklid
- 12:00, oběd
- 13:00 – 14:00, ukončení, odjezd



## JV JUDO Rumburk

pořádá

### zimní VÍKENDOVÉ SOUSTŘEDĚNÍ

v tělocvičně v areálu bývalých kasáren

27.1.2023 od 17 hodin až 29.1.2023 do 13 - 14 hodin

Cena soustředění je **600,-Kč.**

V ceně je zahrnuto stravování včetně nápojů.

Účastník: .....

Souhlas rodičů: .....



## JV JUDO Rumburk

pořádá

### zimní VÍKENDOVÉ SOUSTŘEDĚNÍ

v tělocvičně v areálu bývalých kasáren

27.1.2023 od 17 hodin až 29.1.2023 do 13 - 14 hodin

Cena soustředění je **600,-Kč.**

V ceně je zahrnuto stravování včetně nápojů.

Účastník: .....

Souhlas rodičů: .....

