

Velké jarní soustředění taekwonda v Jedově a ZKOUŠKY !

KDY: 8. – 11. 5. 2014 (čtvrtek - neděle)

Sraz na hromadný odjezd je 8. 5. v 9:00 před ZŠ Komenského v Náměšti (nutno nahlásit e-mailem). Pro ostatní, kteří se chtějí dopravit třeba na kole nebo jinak sami, bude sraz přímo na místě v 9:15

KDE: Turistické centrum mládeže Jedov

Základna je umístěna v klidném prostředí v blízkosti vesnice Jedov, vzdálené 2 km od města Náměšť nad Oslavou. (V Jedově pod náměstíčkem vlevo, potom se držte vpravo, je to cca 200m od cedule).

V budově je velká místnost, která se používá jako jídelna a klubovna, v případě nepřízně počasí se bude cvičit tam, případně v místním kulturáku (zajištěn). Dále je zde pět šestilůžkových pokojů a jeden pokoj dvojlůžkový. Pokoje jsou dostatečně velké a každý je vybaven postelemi, skříňkami, stolkem a dvěma křesly. Podlahy tvoří nové linoleum. Na chodbě je sociální zařízení (WC, sprchy, umyvadla – teplá voda) zvláště pro dívky, chlapce a personál. Dále je k dispozici kuchyňka, zastřešená terasa, venkovní posezení, ohniště, nové hřiště a chatička. Jídlo bude zajištěno 5x denně, takže děti nebudou určitě strádat, a také na pitný režim se bude dohlížet.

KDO: Srdečně zveme všechny členy naší školy i ostatních škol. Program bude sice náročný, ale velmi přínosný a v přátelském prostředí si to děti i dospělí rozhodně užijí.

Pravděpodobně přijedou učitelé a studenti i z ostatních škol, čímž budete mít jedinečnou možnost porovnat různé výukové metody a také svou techniku s ostatními studenty.

Vzhledem k tomu, že turistické centrum má omezenou kapacitu, má přednost ten, kdo dříve zaplatí a ten, kdo jede na celé soustředění. Minulé soustředění bylo plné !

CENA:	Celé soustředění	1950 Kč	nebo	každý 1 den	550 Kč
SLEVY:	Včasná platba	- 200 Kč			- 50 Kč
	Hosté z jiných škol	- 200 Kč			- 50 Kč
	Učitelé	- 600 Kč			- 150 Kč
	3. a další člen rodiny	- 950 Kč			- 200 Kč

Cena soustředění zahrnuje ubytování, jídlo a pití, trénink 2-3x denně. **Včasnou platbou** se rozumí předání finanční hotovosti kterémukoli z učitelů na tréninku **do 30. 4. 2014**, včetně nutnosti nahlášení data a času příjezdu a odjezdu. Platbu je možné vrátit pouze z doložitelných závažných zdravotních důvodů, a to nejpozději do 6. 5. 2014, vráceno bude však pouze 80% částky. Slevy je možné kombinovat.

S SEBOU: Tobok, pásek, papír, tužku, spacák, teplé oblečení, přezůvky, ručník, běžné potřeby jako na tábor (oblečení na cvičení – šustákovka, teplákovka, trička, kraťasy, vhodnou lehkou a tvárnou obuv... hyg. potřeby, léky... atd.) Jinak podle předpovědi, bude-li chladněji tak nějakou mikinu nebo svetr, bude-li nám počasí přát tak kraťasy, trika, nějakou pokrývku hlavy (kšiltovka, šátek apod.), baterku a oblíbený hrníček.

- **žádné cennosti**
- **číslo na rodiče a kartičku zdravotní pojišťovny**
- **dobrou náladu a zásady taekwonda**
- **peníze na zkoušky (viz webové stránky)**

PROGRAM: Intenzivní tréninkový plán umožní rychlé a výrazné zlepšení techniky i kondice studentů. Na soustředění proběhne přezkoušení a zkoušky (viz dále). **Pouze přezkoušení studenti mohou dělat zkoušky. Pro vykonání zkoušek je třeba na soustředění strávit minimálně 2 celé tréninkové dny (např. příjezd v pátek nejpozději na odpolední trénink, večer přezkoušení, neděle odpoledne zkoušky). Lépe je však jet na celé soustředění, aby již přezkoušení v pátek dopadlo dobře.**

Čtvrtek – příjezd, ubytování, krátká aklimatizace, 9:45-12:30 dopolední trénink, oběd, odpočinek, volný program, 15:30-17:30 odpolední trénink, večere, 19:30-20:30 trocha teorie o technice, 22:00 večerka (pro menší i dřív dle zlobivosti, pro větší i později dle Hodnosti □)

Pátek, sobota – snídaně, 9:30-12:00 dopolední trénink, oběd, odpočinek, volný program, 15:30-17:30 odpolední trénink, večere, 19:30 **přezkoušení**, taekwondo hry a kvízy, promítání, povídání atd., 22:00 večerka

Neděle – ... 13:30-14:30 **ZKOUŠKY, úklid**, odjezd mezi 15:00 - 15:30

Raději si celý leták ještě jednou přečtete. Program se může mírně změnit. V případě hrubé či opakované nekázně může být kdokoli poslán domů bez náhrady. **Dřívější odjezdy v neděli je třeba nahlásit dopředu !**

Info: Tomáš Kuba, IV. dan – vedoucí školy, mezinárodní instruktor
tel.: 603 846 208, e-mail: kubatomas@seznam.cz

www.ilkyok.taekwondo.cz