26.-30.10.

PODZIMNÍ SOUSTŘEDĚNÍ

Slovy klasika letošní způsob byl poněkud ojedinělý, ale jeho závěr během oddílového soustředění to skvěle vynahradil. Během podzimních měsíců náš čeká hlavně příprava na Mistrovství České republiky v Brně, jejímž vrcholem bude právě podzimní soustředění. Čeká nás pět dnů intenzivních tréninků, které budou hlavně mířeny na soutěžní taekwondo. Své si rozhodně najdou všichni kdo chtějí zlepšit techniku či kondici a nebo hned obojí.

Pro členy závodního týmu je účast na soustředění tradičně povinná z důvodu společné přípravy a secvičování týmů.

Přihlášení můžete provést zaplacením celé částky anebo zálohy ve výši 500 Kč.

Přihlaste se včas, počet míst je omezen!

Přispívá-li váš zaměstnavatel na dětskou rekreaci, předejte nám objednávku či fakturační údaje, obratem vám vystavíme daňový doklad.

Důležitá fakta:

Termín konání: **26.-30. října** (odjezd od ZŠ Vybíralova v 9:00, návrat v cca 19:00)

Adresa pobytu: Ubytovna ZŠ a MŠ Zákupy, Zákupy, 471 23

Cena: **1900 Kč při zaplacení celé částky do 21. října**, po tomto termínu 2200 Kč. Soustředění je možné zaplatit na oddílový účet (189640131/0300) – do textu uveďte jméno za koho je platba.

Co je v ceně: ubytování, strava 3x denně + 2. večeře, pronájem tělocvičny a doprava

Co mít s sebou: cvičební úbor (dobok nebo tepláky a tričko), lapu, chrániče, přezůvky, sportovní oblečení, sportovní obuv (zvlášť do tělocvičny a ven), běžné oblečení, hygienické potřeby, 2x obinadlo různé šířky, náplasti, kapesné a kopii kartičky zdravotní pojišťovny.

Obecné info: Ubytování, stravování a tělocvična jsou v rámci jednoho komplexu budov. Ubytování je internátního typu ve dvou až čtyřlůžkových pokojích se společným sociálním zázemím. Stravování ve školní jídelně. Tréninky 2x denně 2 hodiny + individuální večerní 1 hodina.

Kontaktní telefon v průběhu soustředění - 777-011-692 - Ondřej Vrábel

http://www.sonkal.cz ondrej.vrabel@taekwondo.cz

Povinnosti účastníků soustředění:

- Dodržovat pokyny a nařízení trenérů, dodržovat noční klid od 22.00 do 7.00 hodin
- **Trénovat je možno pouze v doboku, po předchozí omluvě je možné použít tričko a tepláky. Tričko může být oddílové, se všeobecným motivem Taekwon-do a nebo bílé barvy. Jiná trička jsou zakázána – zejména pak reklamní!**
- Porušení uvedených pravidel může mít za následek vyloučení ze soustředění či jiný disciplinární postih

Storno podmínky:

- při odhlášení do 21. října vracíme 100 % zaplacené částky
- při odhlášení do 24. října vracíme 50 % zaplacené částky
- při odhlášení v den začátku soustředění, nebo později je storno poplatek 100% zaplacené ceny

Cena vybavení pro Taekwon-do:

• dobok - bez pásku	700 Kč
• dobok – včetně bílého pásku	750 Kč
• dobok značky Sasung kupový (bez pásku)	1000 Kč
• dobok značky Sasung danový (bez pásku)	1100 Kč
• pásek (jednotlivé barvy)	150 Kč
• černý pásek	350 Kč
• **chrániče rukou – boxerky (Topten)**	**900 Kč**
• **chránič holení + nártu + paty**	**800 Kč**

- další materiál na www.sonkal.cz (přístupné pro registrované uživatele)

✂----------

PROHLÁŠENÍ ÚČASTNÍKA SOUSTŘEDĚNÍ PODZIM 2016

Jméno a příjmení: _____

Adresa: _____

Rodné číslo: _____ Číslo OP: _____

Mobil vlastní: _____ Mobil matka/otec: _____

E-maily: _____ Název zdravotní pojišťovny: _____

Uveďte informace o zvláštním zdravotním stavu (léky apod.): _____

Zákonný zástupce svým podpisem potvrzuje, že je srozuměn s povinnostmi účastníků soustředění a je si vědom, že přihlašovaný nemá v současné době žádné infekční onemocnění. **Tuto část odevzdejte při nástupu do autobusu při odjezdu!**

Datum:……

……
podpis zákonného zástupce