



PODZIMNÍ TRÉNINKOVÝ KEMP



Kdy: 19.-21.listopadu 2021 (pátek - neděle) nástup v PÁ v 16:00, ukončení v NE ve 12:00 hod.

Kde: Sport centrum Žinkovy (Tělovýchovné středisko Žinkovy, č.p. 135)

Cena 2.100 Kč (v ceně je zahrnuto 2x ubytování, plná penze a pitný režim, velká tělocvična, sportovní pomůcky a vybavení). Začínáme v pátek večerí a končíme v neděli snídaní.

Tréninkový kemp je zaměřený na **kickbox a kumite v karate**. Hlavním cílem je rozvoj dovedností v úderovém tréninku (cvičení na lapy), také se procvičuje sparring, kumite. Tréninkový kemp je přípravou na závody kickboxu či karate (Narama Open, Krajská liga karate, aj.) Tréninkový kemp je určen pro všechny věkové kategorie: dospělé i vybranou skupinu dětí a mládeže. Účastnit se mohou také aktivní závodníci nebo kondiční sportovci od 18ti let, kteří si cvičí jen pro svoji potřebu, zvláště z důvodů sebeobrany. Počet osob je omezen na 40 sportovců, včetně trenérů.

Každý si během soustředění zacvičí s mistrem světa Radkem Štádlerem.

S dětmi mohou jet také rodiče a vyzkoušet si tréninky kickboxu či karate.

Každý nový účastník cvičí jen to, co mu vyhovuje!

Závaznou přihlášku odevzdejte vašim trenérům nebo přímo Jiřímu Štádlrovi staršímu, či Emílii Mundlové, také ji můžete poslat na e-mail: emiliemundlova@seznam.cz. Na tréninkový kemp je možné uplatnit u odborů nebo zaměstnavatele finanční výpomoc jako na dětský tábor. Na požádání bude vydáno potvrzení nebo faktura. Objednané místo je možné zrušit, pokud je účastník nemocen. V tom případě se vrací peníze ve 100% výši. Soustředění je nutné zaplatit do 8. listopadu bankovním převodem na účet 19-720712399/0800 nebo v hotovosti. Variabilní symbol je datum narození účastníka ve formě rodného čísla. Veškeré potřebné náležitosti (závěrečné informace a list účastníka) vám dají trenéři.

Další informace u trenérů nebo na tel. 721 371 589,
e-mail: narama@narama.cz nebo emiliemundlova@seznam.cz



Za Narama z.s. Emílie Mundlová

PŘIJEĎTE SI ZACVIČIT S MISTREM SVĚTA V KICKBOXU RADKEM ŠTÁDLEREM.



Závazná přihláška na podzimní tréninkový kemp

jméno, příjmení, datum narození:

Bydliště, telefon:

bude zaplacená částka: 2. 100,-Kč

cvičební skupina: Kickbox 1.ZŠ 20.ZŠ Přeštice Rokycany

zdravotní stav a podpis rodičů: