

Mládežnický VÍKENDOVÝ PLAVECKO - BĚŽECKÝ KEMP

Termín: 23.2. – 25.2.2018

Místo: Sportovní centrum Nymburk

Cena: 1.700,- Kč

(Hrazeno bankovním převodem – podklady k platbě dostane účastník 7-10dní před začátkem akce)

Cena zahrnuje: Stravu, ubytování a služby reprezentačních trenérů a specialistů ČTA.

Maximální kapacita kempu: 14-16 sportovců.

Přihlášky přes CTS nejpozději do 15.2.:

<http://czechtriserries.cz/event/details/49?returnUrl=%2Fevent%2Flist>

S sebou:

Věci na plavecký trénink + plavecké pomůcky (není podmínkou, pokud nemáte, půjdou zapůjčit), věci na běžecký trénink a to jak v hale, tak i venku, věci do tělocvičny/posilovny. Kopii zdravotní kartičky, potřebná prohlášení o zdravotní způsobilosti, které účastníci obdrží emailem po svém nahlášení a potvrzení o zdravotní způsobilosti ke sportovní činnosti.

Zaměření kempu:

Kemp je určen pro mladé sportovce od kategorie mladších žáků po dosažení 17 let věku, resp. posledního ročníku kategorie dorostu (výjimky z tohoto pravidla je možné udělit po žádosti u Sportovního ředitele ČTA – martin.hotovy@triatlon.cz) a je zaměřen na zdokonalení plaveckého způsobu kraul, zlepšení citu pro vodu a v rámci plavecké všestrannosti i nácvik ostatních způsobů. Součástí kempu je i ukázka kondiční silové přípravy v mládežnických kategoriích a základní běžecká příprava.

Podmínkou účasti je:

Platná licence ČTA, zdravotní způsobilost ke sportovní činnosti (potvrzení je třeba donést s sebou na kemp) a plavecký způsob kraul na úrovni mírně pokročilí tj. schopnost uplavat souvisle 200 až 400 m volným způsobem.