



Svaz vodáků České republiky RADA RAFTINGU SVoČR

U Pergamenky 3, PRAHA 7, 170 00
tel./fax: 266 722 223, e-mail: svocr@volny.cz

PŘÍPRAVNÉ SPORTOVNÍ RAFTOVÉ SOUSTŘEDĚNÍ JUNIORŮ SVoČR

FÁZE 3 - závěrečné: SPOLEČNÉ SLALOMOVÉ SOUSTŘEDĚNÍ JUNIORSKÉ REPREZENTACE A VYBRANÝCH JUNIORSKÝCH POSÁDEK

*Rada raftingu SVoČR Vás zve na Závěrečné sportovní raftové soustředění juniorů SVoČR na slalomovém kanálu v Roudnici nad Labem.
Soustředění je součástí přípravy reprezentace na MS 2018 v Argentině.*

A. VŠEOBECNÁ USTANOVENÍ

1) Pořadatel

Svaz vodáků ČR, o. s.

2) Technické provedení

Svaz vodáků ČR, o. s.

3) Datum konání akce

18. 10. – 21. 10. 2018

Úvodní trénink: 18.10. odpoledne, cca od 16.30 hodin (čtvrtek)

Závěrečný trénink: 21.10. odpoledne, cca do 14.30 hodin (neděle)

4) Místo akce

Hlavní tréninky: USD Roudnice nad Labem

Ubytování (**pozor, změna!!!**): **Rekreační středisko Pod Lipou**; Pod Lipou 298, Vědomice, Roudnice nad Labem; web: <https://www.podlipou.cz/src/cs/index.php>

Doplňkové aktivity: tělocvična a sauna **Sport hotel BK Pod Lipou**; Pod Lipou 15, Vědomice, Roudnice nad Labem; web: <http://www.sporthotelbk.cz/home>

5) Přihlášky

Ideálně obratem, nejdéle do 30. 9. 2018

Na adresu vratislav.sembera@lsg.cz;

Telefon 777 022 810

6) Cena

Zásadní část nákladů hradí účastníkům svaz. Nutná spoluúčast za účastníka je odhadnuta na **cca 600,- Kč / osoba**. Trenéři bez doplatku (1 trenér na klub). **Reprezentantům, kteří doloží platnou zdravotní prohlídku, bude odečteno od platby 250,- Kč** (viz rozhodnutí Rady, jaro 2018).

V ceně je ubytování, celodenní strava (*počítaje čtvrteční večeři*), pronájem kanálu, potřebný materiál a pronájem prostor pro doplňkové aktivity (sauna, tělocvična).

7) Vybíraná částka (**Pozor!!! Velenovinka!!!**)

Vybíraná částka bude **1200,- Kč / sportovce**. Částka se vybere při úvodní poradě ve čtvrtek večer. **Částka obsahuje vratnou zálohu 600,- Kč na pokuty za porušení pravidel soustředění.**

8) Ceník pokut (Pozor!!! Velenovinka!!!)

Závažné narušení časového programu - 100,- Kč

Porušení pravidel životosprávy sportovce – 500,- Kč

Při vyčerpání kreditu sportovec opustí soustředění (na vlastní náklady). ☺

O udělení pouty rozhoduje trenérská rada soustředění.

9) Standardy

Ubytování: chatky se sociálním zařízením včetně sprchy

Stravování: 3 x denně (snídaně, oběd, večeře). Stravování v přilehlém penzionu.

Doprava: na vlastní náklady (náklady klubu).

B. TECHNICKÁ USTANOVENÍ

1) Podmínky účasti a věkové kategorie

- Akce je organizována pro kategorii juniorů a juniorek v roce 2018.
- V případě problémů s úplností posádek je možná účast i starších ročníků.

2) Zahájení a ukončení soustředění

Začátek: soustředění začne odpoledním tréninkem ve čtvrtek, 16.30 hodin

Ukončení: v neděli po odpoledním tréninku (cca v 14.30 hodin)

3) Náplň soustředění

- Voda 2 x denně, časy budou upřesněny
- Kondiční tréninky v tělocvičně a posilovně (1 x denně)
- Relaxační cvičení (1 x denně)
- Sauna (1 x za soustředění)

4) Bezpečnostní předpisy

- Za účastníky akce ručí vysílající klub.
- Na každých 4 – 6 sportovců doporučujeme jednoho vedoucího (starší 18 let), který nemusí být trenérem

5) Zvláštní upozornění

Jedná se o svazové soustředění MLÁDEŽE, proto prosím upozorněte své svěřence, že **alkohol je pro sportovce na takové akci nepřipustný** – krom toho, že devastuje osobnosti, také znevažuje náš sport.

Viz také body A7 a A8 těchto propozic.

Personálu (vedení, trenéři) se to tradičně netýká, ale i zde prosím o kontrolovanou zřízenost...

6) Organizační tým

Garant za RR SVoČR: Vratislav Šembera

Provozní záležitosti: Vratislav Šembera

Tréninkový plán, kondiční příprava: Jan Bergi Řehák

Trenéři voda: Milan Znamenáček, Vratislav Šembera, trenéři z klubů

Relaxace, protažení: Jan Bergi Řehák

Hospodaření: Hana Heralová, Vratislav Šembera

Za organizační tým a Radu raftingu SVoČR zvou:

Vratislav Šembera, Jan Bergi Řehák