



SLČR AD - POZVÁNKA na lyžařský kemp pro kategorie U12 a U14

Lyžařský kemp pro závodníky kategorie U12 (2014, 2015) a U14 (2012, 2013) je pořádán OSÚ SLČR AD. Úsek AD zajišťuje skipas a kompletní trenérské a materiální zajištění během kempu. V rámci pracovní metodické skupiny se zaměřením na kategorie předžáci U12 a mladší žáci U14 jsme pro tento lyžařský kemp připravili program zaměřený především na rozvoj lyžařských dovedností a individuální zlepšení techniky, který bude doplněn o trénink v obřím slalomu. Závodníci po absolvování kempu obdrží doporučení ke zlepšení lyžařské techniky, tipy na průpravná cvičení a natočená videa. Zároveň bude možná osobní konzultace s trenérem, který povede závodníka v průběhu kempu. Účast závodníků je podmíněna vlastním zajištěním dopravy, ubytování, stravy.

Vedoucí akce: Jiří Matějů

Termín: 1. 11. (nájezdový den) – 5.11.2025 (zakončení po lyžařském tréninku na svahu)
Místo: ledovec Mölltal Gletscher
Cena: 1000,- Kč (zahrnuje skipas a trenérské a materiální zabezpečení v průběhu kempu).
Platba: na účet číslo 12792922/0800, v.s. 221011, zpráva pro příjemce – Mölltal, jméno závodníka

Ubytování, jídlo doprava: Ve vlastní režii. Obědy budeme v rámci programu řešit společně.

Pojištění: Všichni závodníci si řeší pojištění ve vlastní režii. V případě potřeby se lze obrátit na sekretariát AD a Michaela Jaroušová vám s pojištěním pomůže přes partnerskou pojišťovnu SLČR AD.

Přihlášky a platba: Potvrzení účasti emailem na jiri.mateju@czech-ski.com a provedení platby nejpozději do neděle 19.10. V přihlášce uvedete jméno závodníka, termín, ročník, oddíl a odpovědnou osobu včetně mailu a telefonu. V případě naplnění kapacity je rozhodující datum a čas zaslané přihlášky. Z oddílu se mohou přihlásit maximálně 4 závodníci. Kapacita kempu je 32 závodníků. Po uzavření přihlášek rozešleme všem přihlášeným další instrukce a vytvoříme WA skupinu pro komunikaci.

Trenérské zajištění: Jiří Matějů, Michaela Švitorková, Lukáš Wondráček, Petra Kozelská a vybraní závodníci AD, případně další trenéři.

Zaměření: soustředění bude zaměřené především na individuální zlepšení techniky, rozvoj lyžařských dovedností a jízdu v obřím slalomu a slalomu (U14) se zaměřením na techniku jízdy.

S sebou: lyže na obří slalom a slalom (U14). Věci na lyžařský trénink, věci na kondiční trénink.

Servis: servis lyží si zajišťují trenéři nebo rodiče závodníků.

Program:

1.den individuální příjezd a ubytování, **19:00 zahájení kempu**, organizace, ukázka videa.
2. - 4.den **lyžařský trénink** cca 8:00 – 14:00
kondiční trénink 16:00 – 17:00 2x protažení
odpolední/večerní program 2x cca 60 minut

V případě dotazů kontaktujte: Jiří Matějů, 777801050, jiri.mateju@czech-ski.com, Michaela Švitorková, 739015417, m.svitorkova@gmail.com.

15.9.2025 Jiří Matějů