



SLČR AD - POZVÁNKA na lyžařský kemp pro kategorii U12

Lyžařský kemp pro závodníky kategorie U12 je pořádán OSÚ SLČR AD. Úsek AD zajišťuje kompletní trenérské a materiální zajištění během kempu. V rámci pracovní metodické skupiny 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 hodnocení techniky, doporučení na průpravná cvičení a natočená videa a zároveň bude možná osobní konzultace s trenérem, který povede závodníka v průběhu kempu. Účast závodníků je podmíněna vlastním zajištěním dopravy, ubytování, stravy a skipasu.

Vedoucí akce: Jiří Matějů

Termín: 19.11.(nájezdový den) – 23.11.2025 (zakočení po lyžařském tréninku)
Místo: ledovec Stubai Gletscher
Cena: 1000,- Kč (cena zahrnuje trenérské a materiální zabezpečení v průběhu kempu).
Platba: na účet číslo 12792922/0800, v.s. 221012, zpráva pro příjemce – Stubai, jméno závodníka

Ubytování, strava, skipas, doprava: ve vlastní režii (obědy budou na kopci pro všechny skupiny ve stejný čas).

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: potvrzení účasti mailem na jiri.mateju@czech-ski.com nejpozději do neděle 19.10. 2025 V přihlášce uvedete jméno závodníka, ročník, oddíl a odpovědnou osobu včetně kontaktního mailu a telefonu. V případě naplnění kapacity je rozhodující datum a čas zaslané přihlášky. Z oddílu se mohou přihlásit maximálně 4 závodníci. Kapacita je 32 závodníků. V případě dotazů se obraťte na J. Matějů (777801050, jiri.mateju@czech-ski.com) nebo M. Švitorkovou (739015417, m.svitorkova@gmail.com). 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 další.

Zaměření: soustředění bude zaměřené především na individuální zlepšení techniky, rozvoj lyžařských dovedností a doplněné o jízdu v obřím slalomu.

S sebou: lyže na obří slalom. Věci na lyžařský trénink, věci na odpolední kondiční trénink, švihadlo, karimatku, masážní válec, masážní míček, plavky a ručník.

Servis: servis lyží si zajišťují trenéři nebo rodiče závodníků.

Program:

Rámcový program kempu:

19. 11. 2025 Individuální příjezd a ubytování, **20:00 zahájení soustředění** (informace WA)
20. - 23. 11. **Lyžařský trénink** cca 8:00 – 14:00
Kondiční trénink cca 16:00 – 17:00 (bude probíhat v Neustift)
Odpolední/večerní program cca 60 minut (bude probíhat v Neustift)

10.9.2025 Jiří Matějů