

Letní tenisové soustředění TK ZNOJMO v areálu v Bystřici nad Perštejnem



Místo : Tenisový areál v Bystřici nad Perštejnem

Termín : 20. - 25.7.2014

Sraz : v neděli 20.7.2014 mezi 18:30-19:00 v hotelu Areálu sportu v Bystřici n/P. !!!

Ukončení soustředění : v pátek 25.7.2014 ve 13:00 hodin !!!

Program : Dopolední a odpolední tenisové tréninky /dvoufázový trénink/, ranní rozcvičky, posilovací cvičení, kruh. trénink, kondiční příprava, soutěže, hry, spol. večery ...

Tenisové tréninky : dopolední 8:30 - 11:30
odpolední 14:00 - 16:30

Tréninky budou probíhat na 4 tenisových dvorcích pod dohledem kvalifikovaných trenérů, mezi tréninky bude umístěna i kondiční příprava, videoukázky a za příznivého počasí návštěva koupaliště. **V případě nepříznivého počasí je k dispozici tenisová hala a tělocvična.**

Cena soustředění : 4890,- Kč

V ceně je zahrnuto ubytování a stravování v hotelu, vstup na kurty, míče, trenéři, atd.....

Ubytování : Ubytovna hotelového typu asi 100m od tenisových dvorců. V hotelu se nachází : tělocvična s umělým povrchem, horolezecká stěna, posilovna, bowling, kuželky, kulečník, stolní fotbal, dětský koutek, vnitřní bazén a vířivka. Každý pokoj má sociální zařízení a TV, WIFI, k dispozici je internet, kuchyňka a vířivka.

Hned vedle tenisových kurtů je koupaliště, dvě hřiště na plážový volejbal, víceúčelové hřiště.

Stravování : 3x denně (snídaně, oběd, večeře), stravování bude v hotelu, **začíná v pondělí snídaní a končí poslední den obědem.**

S sebou : Kopie kartičky pojištěnce, příp. léky, pokud dítě užívá

- pití na tréninky (nápoje v prášku, sirupy, balené vody)
 - tenisové rakety + švihadlo
 - tenisová obuv + běžecká obuv + plážová obuv
 - šustáková souprava
 - 6 ks triko
 - 3 ks šortky
 - tepláky
 - mikina
 - šustáková bunda
 - plavky + ručník
 - dostatečný počet párů ponožek
 - pyžamo + spodní prádlo
 - hygienické potřeby (kapesníky, mýdlo, kartáček na zuby, pasta, opalovací krém)
 - psací potřeby + zápisník
 - stolní hru (pexeso, karty, člověče nezlob se)
 - kapesné + peněženka
-

ZÁVAZNÁ PŘIHLÁŠKA

(vyplněnou přihlášku odeslat emailem do 15.7.2014)

na tenisové soustředění v Bystřici n/P. v termínu 20.-25.7.2014:

Jméno a příjmení

Rodné číslo

Bydliště

Telefon

Podpis rodičů

Způsob úhrady : v hotovosti nebo převodem na účet č.: 3200789169/6800,

var.symbol : jméno nebo rodné číslo hráče.

Celková částka do 15.7. 2014 (4890,- Kč)