



KRASOKLUB MESTA NITRA
FIGURE SKATING CLUB OF NITRA

Letné denné Krasokorčuliarske sústreďenie Nitra 2014

Termín konania:	21.7. – 26.7.2014 (6 dní)
Cena:	125,- € - tréningový proces + obed
V cene je zahrnuté:	<u>dvojfázový tréning na ľade</u> pre všetky skupiny Hokejová Hala – (tréningová jednotka - 60min.) <u>dvojfázový tréning suchý</u> pre všetky skupiny Mestská Hala – 50m od ľadovej plochy (tréningová jednotka - 60min.) <u>doobeda:</u> balet / tanec <u>poobede:</u> všeobecná / špeciálna telesná príprava (kompenzačné cvičenia) <u>obed</u> - Reštaurácia Borina (7 min pešo)
Tréneri:	Mgr. Lucia Starovičová, Mgr. Katarína Babalová, Ing. Lenka Ďurčová
Baletná príprava:	Tibor Belan, Bibiána Bacskorová
Miesto konania:	Hokejová hala Škultétyho ulica 1, 949 11 Nitra – Klokočina
Organizátor:	Krasoklub mesta Nitra, Kláštorská 74, 949 01 Nitra
Vedúci sústreďenia:	Štefan Semančík mobil: +421/903/622 179 stefan.semancik@kkmnr.sk





KRASOKLUB MESTA NITRA FIGURE SKATING CLUB OF NITRA

- Prihlášky:** prosíme zasielať na adresu: stefan.semancik@kkmnr.sk
do: **14.7.2014**
- Potvrdenie účasti:** bude zaslané e-mailom, po prijatí zálohy
- Zálohová platba:** vo výške **100,- €** v hotovosti alebo prevodným príkazom najneskôr do **14.7.2014**
Číslo účtu: VÚB **2927274057 / 0200**
VS: **0000201407**
Správa pre prijímateľa: Meno a Priezvisko účastníka, Klub
- Doplatok:** v hotovosti, pri nástupe na sústredenie
- Otvorenie sústredenia:** **pondelok 21.7.2014**, 30min. pred tréningom
Ukončenie sústredenia: **sobota 26.7.2014**
- Organizácia sústredenia:** konečný rozpis jednotlivých tréningových jednotiek a zaradenie do skupín budú zaslané prihláseným účastníkom po uzávierke prihlášok
max. 20 účastníkov na ľade (v závislosti od veku a výkonnosti)
všetci účastníci sústredenia budú mať zabezpečený sprievod dospeléj osoby, každý deň od začiatku do ukončenia tréningového procesu
zabezpečenie trénera na sústreďení (v prípade neúčasti vlastného) je možné za doplatok 9€ / deň
- Upozornenia:** prihlásením sa na toto sústredenie berú účastníci na vedomie, že organizátor sústredenia nezodpovedá za možné zranenia, každý sa zúčastňuje na vlastnú zodpovednosť
každý účastník je povinný mať so sebou zdravotné poistenie platné na území SR
v prípade nenastúpenia prihláseného (s potvrdenou účasťou) a neobsadenia miesta náhradníkom, prijatá záloha prepadá v prospech organizátora





KRASOKLUB MESTA NITRA FIGURE SKATING CLUB OF NITRA

Nezabudnite:

samozrejme „krasovýbava“ (veci na ľad),
cvičebný úbor na suchú prípravu,
baletný úbor, švihadlo, spinner (kto nemá požičiame)
všetky veci bude možné si počas celého sústredenia
ponechať v šatniach vybavených vykurovanou sušiarňou

Ubytovanie a plná penzia:

v prípade záujmu o ubytovanie a plnú penziu, vieme
ponúknuť rôznu kvalitu, cenu a vzdialenosť ubytovania od
tréningových objektov

Fotogaléria:

[Domáce Sústredenie Nitra 2013](#) (26.8. – 31.8.2013)

Mapa / Navigácia:



Príjazd z diaľnice
(výjazd: Nitra – JUH)



Krasoklub mesta Nitra, Kláštorská 74, 949 01 Nitra, Slovakia

tel.: +421/907/622 176, e-mail: kkmnr@kkmnr.sk, www.kkmnr.sk

Zapísaný: MV SR č. VVS/1-900/90-28094-1, IČO: 42048320, DIČ: 2022266675

Bankové spojenie: VÚB 2927274057/0200 IBAN: SK56 0200 0000 0029 2727 4057