



Letné krasokorčuliarske sústredenie Nitra 2016

| | |
|---|---|
| Termín konania: | 20.8. – 26.8.2016 (7 dní) |
| Miesto konania: | Hokejová hala Škultétyho ulica 1, 949 11 Nitra – Klokočina |
| Organizátor: | Krasoklub mesta Nitra, Kláštorská 74, 949 01 Nitra |
| Organizačný pracovník: | Štefan Semančík mobil: +421/903/622 179 stefan.semancik@kkmnr.sk |
| Cena: | Skupina A1, A2: 165,- € - tréningový proces Skupina B: 135,- € - tréningový proces |
| V cene je zahrnuté: | <u>Skupina A1, A2:</u> - trojfázový tréning na ľade – 3x 45 min. 19 tr. jednotiek - dvojfázový tréning na suchu – 2x 45 min. gymnastická pohybová príprava / balet 6 tr. jednotiek tanečná pohybová príprava 5 tr. jednotiek <u>Skupina B:</u> - dvojfázový tréning na ľade – 2x 45 min. 14 tr. jednotiek - dvojfázový tréning na suchu – 2x 45 min. gymnastická pohybová príprava / balet 6 tr. jednotiek tanečná pohybová príprava 5 tr. jednotiek |
| Tréneri: | Mgr. Eva Takáčová – hlavná trénerka na ľade Mgr. Lucia Starovičová |
| Gymnastická pohybová príprava / Balet: | Bc. Ivana Dermeková |
| Tanečná pohybová príprava: | Mgr. Katarína Zemanová – tanečný pedagóg |



KRASOKLUB MESTA NITRA FIGURE SKATING CLUB OF NITRA

Strava počas tréningového procesu:

Cena: **5,50 € /deň (38,- € za 7 dní)**

V cene je zahrnuté:

- **desiata** - výdaj na ZŠ po prvom ľade
- **obed** - reštaurácia Borina (7 min pešo)
- **olovrant** - výdaj na ZŠ po druhom ľade
- **pitný režim** - celodenne dostupný (rôzne)

Prihlášky:

Prosíme zasielať na adresu: stefan.semancik@kkmnr.sk

najneskôr do: **25.6.2016**

Platba:

Po potvrdení prihlášok je potrebné uhradiť platbu

najneskôr do: **30.6.2016**

Číslo účtu:

VÚB **2927274057 / 0200**

IBAN: **SK56 0200 0000 0029 2727 4057**

VS: **0000201608**

Správa pre prijímateľa: Meno a Priezvisko účastníka, Klub

Otvorenie sústredenia:

sobota 20.8.2016, 30min. pred prvým tréningom

Ukončenie sústredenia:

piatok 26.8.2016, ukončením posledného tréningu

Organizácia sústredenia:

Konečný rozpis jednotlivých tréningových jednotiek a zaradenie do skupín budú zaslané prihláseným účastníkom po uzávierke prihlášok.

Všetci účastníci sústredenia budú mať zabezpečený sprievod dospeléj osoby (obedy), každý deň od začiatku do ukončenia sústredenia.

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 platba prepadá v prospech organizátora.



KRASOKLUB MESTA NITRA FIGURE SKATING CLUB OF NITRA

Nezabudnite:

Samozrejme „krasovýbava“ (veci na ľad),
cvičebný úbor na suchú prípravu,
baletný/tanečný úbor, švihadlo...
kartička zdravotného poistenia

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, dokumenty: <http://www.kkmnr.sk/sustredenie-nitra-2016/>

Mapa / Navigácia:



Príjazd z diaľnice
(výjazd: Nitra – JUH)