



SVAZ VODÁKŮ ČESKÉ REPUBLIKY

UNION OF BOATERS OF CZECH REPUBLIC

RADA RAFTINGU SVOČR

U Pergamenky 3, PRAHA 7, 170 00

tel./fax: 266 722 223, e-mail: svocr@volny.cz

PŘÍPRAVNÉ SPORTOVNÍ RAFTOVÉ SOUSTŘEDĚNÍ JUNIORŮ SVOČR

FÁZE 1: SPOLEČNÉ SLALOMOVÉ SOUSTŘEDĚNÍ JUNIORSKÉ REPREZENTACE A VYBRANÝCH JUNIORSKÝCH POSÁDEK

*Rada raftingu SVOČR Vás zve na Přípravné sportovní raftové soustředění juniorů SVOČR na slalomovém kanálu v Roudnici nad Labem.
Soustředění je součástí přípravy reprezentace.*

Upozornění: SOUSTŘEDĚNÍ SE MOHOU ÚČASTNIT POUZE OSOBY, KTERÉ NEVYKAZUJÍ JAKÉKOLIV PŘÍZNAKY ZDRAVOTNÍCH OBTÍŽÍ (ZVÝŠENÁ TEPLOTA, BOLESTI SVALŮ, KAŠEL, APOD.)

DÁLE BUDE POTŘEBA DOLOŽIT V DANNÉ DOBĚ AKTUÁLNÍ POTVRZENÍ V SOUVISLOSTI S OPATŘENÍMI PROTI COVID-19 Očkování, negativní test, prodělané onemocnění)

A. VŠEOBECNÁ USTANOVENÍ

1) Pořadatel

Svaz vodáků ČR, z. s.

2) Technické provedení

Svaz vodáků ČR, z. s.

3) Datum konání akce

21. – 24. října 2021

Úvodní trénink: 21.10. odpoledne, cca od 16.30 hodin (čtvrtek)

Závěrečný trénink: 21.10. odpoledne, cca do 14.30 hodin (neděle)

4) Místo akce

Hlavní tréninky: USD Roudnice nad Labem

Ubytování: **Sport hotel BK Pod Lipou**; Pod Lipou 15, Vědomice, Roudnice nad Labem, web:

<http://www.sporthotelbk.cz/home>

Stravování: **Pizzeria Pod Lipou**; Pod Lipou 298, Vědomice, Roudnice nad Labem; web:

<https://www.podlipou.cz/src/cs/index.php>

Doplňkové aktivity: tělocvična a sauna **Sport hotel BK Pod Lipou**; Pod Lipou 15, Vědomice, Roudnice nad Labem; web: <http://www.sporthotelbk.cz/home>

5) Přihlášky

Ideálně obratem, nejdéle však **do 11. 10. 2021**

Na adresu vratislav.sembera@lsg.cz;

Telefon 777 022 810

6) Cena

Zásadní část nákladů hradí účastníkům svaz.

Spoluúčast sportovce:

U19, U23 členové reprezentačního družstva 2021: symbolických 200,- Kč / osoba a pobyt

U19, U23 ostatní sportovci: 500,- Kč / osoba a pobyt.

Trenéři bez doplatku (1 trenér na klub).

V ceně je ubytování, celodenní strava (*počínaje čtvrteční večeří*), pronájem kanálu, potřebný materiál a pronájem prostor pro doplňkové aktivity (sauna, tělocvična).

7) Pokuty za porušení pravidel

Za porušení pravidel soustředění může být sportovci uložena pokuta.

8) Ceník pokut

Závažné narušení časového programu - 100,- Kč

Porušení pravidel životosprávy sportovce – 500,- Kč

Při opakovaném či závažném porušení pravidel sportovec opustí soustředění (na vlastní náklady). ☹

O udělení pokuty rozhoduje trenérská rada soustředění.

9) Standardy

Ubytování: hotelového typu

Stravování: 3 x denně (snídaně, oběd, večeře). Stravování v přilehlém penzionu.

Doprava: na vlastní náklady (náklady klubu).

B. TECHNICKÁ USTANOVENÍ

1) Podmínky účasti a věkové kategorie

– Akce je organizována pro kategorii juniorů a juniorek v roce 2021.

– Akce je prioritně zaměřená na KOMPLETNÍ POSÁDKY.

– V případě problémů s úplností posádek je možná účast i starších ročníků.

– **V rámci soustředění bude ustanovena tréninková skupina začínajících vodáků (příležitost přivést i nové sportovce)!!!**

2) Zahájení a ukončení soustředění

Začátek: soustředění začne odpoledním tréninkem ve čtvrtek, 16.30 hodin

Ukončení: v neděli po odpoledním tréninku (cca v 16 hodin)

3) Náplň soustředění

– Voda 2 x denně, časy budou upřesněny

– Kondiční tréninky v tělocvičně a posilovně (1 x denně)

– Relaxační cvičení (1 x denně)

– Sauna (1 x za soustředění)

4) Bezpečnostní předpisy

– Za účastníky akce ručí vysílající klub.

– Na každých 4 – 6 sportovců doporučujeme jednoho vedoucího (starší 18 let), který nemusí být trenérem

5) Zvláštní upozornění

Jedná se o svazové soustředění MLÁDEŽE, proto prosím upozorněte své svěřence, že **alkohol je pro sportovce na takové akci nepřipustný** – krom toho, že devastuje osobnosti, také znevažuje náš sport.

Viz také body A7 a A8 těchto propozic.

6) Organizační tým

Garant za RR SVoČR: **Vratislav Šembera**

Trenéři voda: **Milan Znamenáček, Vratislav Šembera** a trenéři z klubů

Tréninkový plán, kondiční průprava: **Jan Bergi Řehák**

Relaxace, protažení: **Jan Bergi Řehák**

Provozní záležitosti: **Vratislav Šembera**

Hospodaření: **Hana Heralová, Vratislav Šembera**

Za organizační tým SCM a Radu raftingu SVoČR zve:

Vratislav Šembera