

1.letní, Nejen STM a Velké letní soustředění

KDY: 1.letní 14.7. - 23. 7. 2018, Nejen STM 28.7.-4.8. 2018, Velké letní 27.8.-2.9.2018

Sraz na odjezd pro společnou dopravu - Praha, Na knížecí, autobusové nástupiště č. 5, 14.7. v 9:45, 28.7. v 17:15, 27.8. v 10:45, návrat kolem 18:00 upřesníme telefonicky.

Příjezd pro vlastní dopravu první den pro 1.letní od 11:30, pro Nejen STM od 18:00 a pro Velké letní od 12:00 - ne dříve. Vyzvednutí účastníků vždy v poslední den přibližně v 15:00 (začátek zkoušek v 13:15 až 13:45).

Pro možnost vykonat zkoušky je nutný nejpozdější příjezd pro 1.letní 21.7. v 9:15, pro Nejen STM 3.8. v 9:15 a pro Velké letní 1.9. v 9:15. Počtem odcvičených dnů vzrůstá i možnost vykonat zkoušky. Dvojitě zkoušky nejsou možné při minimálním počtu dní. Hlavním úkolem však nejsou zkoušky ale intenzivní tréninky a zlepšení.

KDE: 1.letní, Nejen STM Varvažov Ostrovec, Velké letní RS Spolana Varvažov – mapu v Harmonogramu akcí
Rekreační středisko Spolana Varvažov i Ostrovec u Písku jsou naše dlouhodobě ověřených lokalit. Dřevěné chatky v krásné přírodě v blízkosti Orlické přehrady. Výborná domácí kuchyně. Koupání v řece.

KDO A CO: 1.letní – nejdelší ale méně intenzivní soustředění, dva tréninky denně a odpoledne výlety, hry...

Nejen STM - soustředění je určeno především pro členy STM (Středisko talentové mládeže) a STS. Všichni členové STM s platnou smlouvou mají povinnost absolvovat celé toto soustředění nebo na základě doložitelných závažných zdravotních potíží se předem omluvit. Všichni zájemci o STM a STS mají možnost se na tomto soustředění donominovat. Soustředění je dále určeno pro všechny zájemce o sportovnější tréninky a zájemce o zkoušky. **Členové STM jsou na toto soustředění přihlášení automaticky (případně mailem nahlašují změny).** 3 tréninky denně.

Velké letní – 3 tréninky denně plus ranní rozcvičky, intenzivní soustředění s intenzivní přípravou na zkoušky.

Pro skutečné zájemce o opravdový náročný trénink bojových umění.

CENA: Pro výpočet můžete použít kalkulačku na <https://www.tkd.cz/kalkulacka.aspx>. V ceně zahrnuta doprava z a do místa srazu, strava a pitný režim, ubytování, tréninky, případné zkoušky a výbava k zisku každého technického stupně (doboky, sada chráničů, metodické příručky, lapa, cvičný nůž – na tuto výbavu nemají nárok devítiletí a starší členové, kteří jsou v naší škole 13 a více měsíců a v posledních 13 měsících se nezúčastnili žádného soustředění).

1 den 1000Kč minus slevy

Slevy: 50% každý třetí a další cvičící člen rodiny, učitelé GBHS, celoživotní členové

40% členové STM GBHS při nahlášení školou pro Nejen STM, členové STS(2 dny viz smlouva)

35% necvičící, 15% návštěvy z jiných škol

10% vlastní cesta (5% jedna cesta) nahlášená 1.7.

10% za přihlášení a zálohu 2000Kč nebo minimálně 50% ceny do 1.7.

5% celé soustředění

Slevy je možné kombinovat maximálně do výše 100%. Záloha je vratná pouze v případě omluvy do dvou dnů před začátkem soustředění ze závažných zdrav. důvodů. Zálohy nebo celé částky můžete jasně označené jménem a účelem posílat na náš školní účet 2982742001/5500 nebo platit v hotovosti učitelům. Zbytek částky je možné uhradit na místě nebo opět na účet. **Při platbách nebo doplatecích po akci není možné využít slevy.**

Přihlašujte pouze přes www.tkd.cz/harmonogram.aspx. Případné změny přihlášek řešte přes info@tkd.cz.

UPOZORNĚNÍ a CO SEBOU: Od 9.kupu originál školní dobok, papír, tužku, malé kapesné možno, běžné potřeby jako na tábory. Od žlutého lapu sebou a od zeleného chrániče. Obuv i oblečení na tréninky venku i vevnitř. Bude i hopae a taekkyon. Návštěvy rodinných příslušníků možné pouze po předchozí domluvě.

- zákaz cenosti
- **velmi špatný signál až žádný a je obtížné se dovolat**
- každý účastník může být na základě rozhodnutí učitelů poslán domů bez náhrady.
- Číslo na rodiče a kartičku zdravotní pojišťovny bude mít každý u sebe

PROGRAM: 8:40 snídaně (případně rozcvička)

9:30 trénink, 12:30 oběd

15:00 odpolední program (promítání, týmové tréninky, běh...)

16:00 odpolední trénink (u 1.letního pokračuje odpo program)

18:15 večeře

19:45 trénink (po domluvě možno bez dětí předškolního věku)

22:00 večerka žáci (23:00 večerka junioři)

Pokud Vaše dítě zvládne poznat pravou a levou, umí hodiny, má základní hygienické návyky a je schopno základní komunikace s učitelem (např. oznámit, že mu je špatně) – není problém, aby zvládlo soustředění samo. U dětí malých doporučujeme účast rodiče, radši než ustýskané a ubřečené každodenní telefonáty domů, které je zde náročné technicky i provádět. Rodiče musí podporovat přímou komunikaci mezi žákem a učitelem.

Věřím, že každý, kdo má zájem o taekwon-do využije těchto možností cvičit intenzivně, třeba i pod vedením samotného velmistra Hwang Ho-yonga a jistě bude odměněn pěkným výsledkem na zkouškách případně závodech. Pamatujte na to, že lepší je přijet třeba jen na víkend než sedět doma. Doufám, že všichni, kteří mají zájem opravdu cvičit, si vyberou alespoň jednu akci – v opačném případě zvažte, jestli TKD pro Vás není pouze ztrátou času. Velmi důležitá jsou soustředění pro začátečníky a bíložluté pásy. V září proběhne opět masivní nábor nováčků a ti, kteří nebudou mít žlutý pásek, budou opět začínat s nimi. Proto doporučujeme všem začátečníkům vyvinout přes léto maximální úsilí k dosažení žlutého pásu. Všichni, kteří se v minulém školním roce neúčastnili ani jednoho soustředění, by měli vybrat alespoň jednu akci také proto, aby neztratili nárok na výbavu zdarma.

Radši si celý leták ještě jednou přečtěte.

info a omluvy: info@tkd.cz akutní dotazy: 603302739 mistr Martin Zámečník