

# 1.letní, Nejen STM a Velké letní soustředění

**KDY:** 1.letní 3.7. - 14. 7. 2020, Nejen STM 17.-23.8. 2020, Velké letní 23.8.-30.8.2020

Sraz na odjezd pro společnou dopravu - Praha - Rožtyly, autobusové nástupiště č. 2, 3.7. v 17:00, 17.8. v 8:50, 23.8. v 16:30, návrat kolem 18:00 upřesníme telefonicky.

Příjezd pro vlastní dopravu první den pro 1.letní od 18:30, pro Nejen STM od 10:00 a pro Velké letní od 18:00 - 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 13.7. v 9:15, pro Nejen STM 22.8. v 9:15 a pro Velké letní 29.8. v 9:15. Počtem odcvičených dnů vzrůstá i možnost vykonat zkoušky. Hlavním úkolem však nejsou zkoušky ale intenzivní tréninky a zlepšení.

**KDE:** vše v našem centru Beztahov, Votice – mapu v Harmonogramu akcí

Aktuálně 4 velké sruby po 30 lůžkách – pokoje 8,8,8,6 plus koupelny, toalety v každém srubu. Domácí česká i asijská strava v místě. Cvičíme venku, v případě nepříznivého počasí ve velkém party stanu nebo blízké tělocvičně. Koupání blízko. Plavky!

**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 domínovat. 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 do 1.7. a zálohu 1500Kč za akci do 1.7. (na účtu nejpozději do 2.7.)

5% celé soustředění

10% pouze dny při naplnění kapacity za bydlení ve vlastním stanu případně bez ubytování

Do 48 hodin po uzavěrci na slevy bude při přeplnění termínu vyhlášena možnost slevy za vlastní stan nebo ubytování. Případný zájem o tuto možnost piště do poznámky. Při takto neřešitelné přeplnění budou vyzváni účastníci s nejkratšími pobyty v pořadí od nejpozději se přihlásivších k využití této slevy nebo změně termínu.

Slevy je možné kombinovat maximálně do výše 100%. Záloha je vratná pouze v případě omluvy do dvou dnů před začátkem soustředění ze závažných zdravot. 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](http://www.tkd.cz/harmonogram.aspx).** Případné změny přihlášek řešte přes [info@tkd.cz](mailto:info@tkd.cz).

**UPOZORNĚNÍ a CO SEBOU:** Od 9.kupu školní dobok, **SPACÁK**, případně polštář, papír, tužku, malé kapesné, běžné potřeby jako na tábory. Od žlutého lapu sebou a od zeleného chrániče. Obuv i oblečení na tréninky venku i vevnitř. Možno hopae, gumdo a taekkyon. Návštěvy rodiny pouze po předchozí domluvě.

- **velmi špatný signál až žádný a je obtížné se dovolat, zákaz cenností**
- 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, tréninky TK, HP nebo HG...)

16:00 odpolední trénink (u 1.letního většinou netréninkový program), 18:30 večeře

19:45 trénink (po domluvě možno bez dětí předškolního věku), večerka dle věku od 22:00

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 pásky. 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 pásku. Všichni, kteří se v minulém školním roce neúčastnili soustředění, by měli vybrat alespoň jednu akci i proto, aby neztratili nárok na výbavu zdarma.

**Radši si celý leták ještě jednou přečtete.**

**info a omluvy:** [info@tkd.cz](mailto:info@tkd.cz) akutní dotazy: 603302739 mistr Martin Zámečník