

LETNÍ SOUSTŘEDĚNÍ 2020 – KOLEŠOV

KUDO CAMP 1 A KARATE KYOKUSHINKAI

Opět je tu čas plánování dovolených a prázdnin pro léto 2020. Letos jsme chtěli (již posedmé) jet do rekreačního střediska Machův mlýn, ale z důvodu podepsání smlouvy s firmou, která v červenci plně obsadila tábor, jsme museli změnit místo. Mohli jsme změnit termín, ale protože již 15 let jezdíme na začátku prázdnin a rodiče s ním počítají, rozhodli jsme se pro změnu místa. Nebylo to snadné, chtěli jsme zachovat jak termín, tak i lokalitu. Nakonec jsme objevili místo nedaleko Rakovníka v obci Kolečov. Termín soustředění je stejný jako každý rok, a to vždy první týden prázdnin. Letos tento termín vychází na dny od **4. 7. – 11. 7. 2020**. Soustředění povedou trenéři Michal Starý, Jana Soukupová a Karel Jirovský. Po dohodě s Janem Soukupem budou do tréninku zařazeny pod jeho vedením i základy kickboxu. Dalším zpestřením budou i tréninky juda a jiu-jitsu (základy sebeobrany) pod vedením p. Václava Mornštejna - 3. Dan judo, 8. Dan jiu-jitsu.

V pátek, **10. 7. 2020** se budou konat zkoušky na technické stupně, a to jak v Kudo, tak v karate. Tyto zkoušky je třeba uhradit zvlášť podle platného ceníku (viz níže) na místě u p. Starého a paní Soukupové.

CENA SOUSTŘEDĚNÍ BEZ DOPRAVY: 3.900,-Kč.

Ubytování – jedná se o soukromý statek, majitel trénuje karate, takže se jedná o „spřízněnou duši“. Spaní na palandách, s sebou spacák a polštář, povlečení je na místě. Snídaně jsou formou švédského stolu, ostatní stravování je formou cateringu. K dispozici je hřiště, menší bazén a velkou výhodou je tělocvična s tatami, takže se nemusíme bát špatného počasí. Trénink bude 2 – 3x denně, pokud bude slunný den, odpolední část odpadne a využijeme bazén, je možno též vyzkoušet střelbu z luku a vzduchovky, případně využijeme **jízdárnu, mají tam koníky (!)**.

Máte-li zájem o přihlášení Vás, nebo Vašeho dítěte, prosím o vyplnění přihlášky a uhrazení zálohy 1.000,- Kč, kterou odevzdejte nejpozději **do 31. 5. 2020**. Zálohu zašlete na účet číslo **43-3662380237/0100**. Je možno též uhradit přímo celou částku za soustředění. Zbylou částku je pak nutno uhradit tak, aby byla na účtu do **26. 6. 2020**. Do zprávy napište jméno a příjmení **účastníka a jméno klubu**, např. **František Novák – Vltavín/Bohnice/Uhřetěves/Kakutogi**, atd.

Termíny:

Příjezd - Kolečov 18, 270 04 Rakovník, sraz účastníků soustředění je na místě 4. 7. 2020 do 11. 00, začínáme obědem.

Odjezd – tamtéž 11. 7. po snídani po cca 10.00.

Co nás čeká:

1. Soustředění klubů směřuje především k fyzickému i psychickému růstu sportovců. K tomu je připraveno řada cvičebních cyklů, sportovních soutěží a her pro celkový rozvoj. Tento rok bude do plánu soustředění opět zařazen i „branný výcvik“. Čeká nás výuka základů střelby ze vzduchovky a vzduchové pistole, hod granátem do dálky a na cíl,

- sebeobrana, obrana proti noži, pistoli, rozdělování ohně v přírodě, apod. Tyto disciplíny pak využijeme při sestavování závěrečného závodu, který bude vyhodnocen a ohodnocen.
2. Prostředí areálu a její vybavení umožňuje nejen nabrání fyzických sil, ale i kvalitní, nezbytnou regeneraci.
 3. V neposlední řadě očekáváme od soustředění stmelení kolektivu a vytvoření dobrého prostředí a kamarádství v oddílech. Jsou připraveny zábavné, společenské hry a jistě využijeme i venkovní ohniště.
 4. Na závěr každého soustředění je pořádána „Sayonara party“ (večírek na rozloučenou), kdy si všichni, buď jednotlivci, nebo skupinky, připraví nějaké krátké vystoupení. Toto patří k tradici Budo sportů, a pokud Vaše dítě hraje např. na hudební nástroj, nebo umí něco, k čemu potřebuje rekvizity, zabalte je prosím s sebou (mimo píána...).

Co si určitě vzít sebou:

Jak již bylo výše řečeno je **nutno si s sebou vzít spací pytel a polštář**, lůžkoviny (povlečení) jsou pak k dispozici v areálu. Dobře pobytu musí odpovídat dostatek oblečení (zejména spodní prádlo). **Nezapomenout:**

- kimono (kdo má 2, tak obě), plavky, boty na přezutí, sportovní boty na venkovní trénink (ideální jsou lehké boty na bojová umění, u „Vietnamců“ se dají sehnat za cca 400,- Kč, viz obrázek dole), kdo má citlivé oči - sluneční brýle, opalovací krém, tepláky, čepici s kšiletem a trička. Chrániče na KUMITE - tedy všechny, co děti vlastní (kdo cvičí Kudo, vezme si klubovou **přilbu**, kterou po návratu odevzdá. Dále nezapomenout na blok a psací potřeby.



Co si určitě s sebou nebrat:

Žádné cennosti (drahé oblečení, zlaté řetízky, náušnice, hodinky apod.), nepřiměřenou finanční hotovost (jídlo a pití je zajištěno) a podle zkušeností z předešlých soustředění i mobilní telefon. Dále žádáme rodiče, aby dětem dali pouze minimální hotovost (doporučeno je 400,- Kč kapesného na pobyt) a žádné zásoby jídla či sladkostí (sušenky, bonbóny,...). Děti se pak řádně nestravují, vrací se jídlo a o žaludečních potížích ani nemluvě.

Upozornění:

1. Na srazu při příjezdu rodiče předají vedení od každého účastníka **kopii karty pojištěnce, prohlášení o bezinfekčnosti a kontaktní telefonní spojení** – viz níže.
2. Na závěr tohoto letáku je uveden úplný seznam kontaktních telefonů s časy, kdy je možno

- volat.
3. Rodiče, jejichž ratolesti berou pravidelně léky, dodají vedení soustředění dostatečné množství léků na celý pobyt a rozpis užívání. V případě, že si dítě léky samo aplikuje, informujte o tom prosím vedení soustředění.
 4. Případnou návštěvu (a to skutečně jen ve výjimečných, akutních případech) konzultujte prosím s vedením soustředění.
 8. Rodiče jsou povinni zajistit při příjezdu předání dítěte a jeho dokladů a při ukončení soustředění si dítě převzít.
 9. Na soustředění budou mít děti celodenní režim a program. Každé dítě je povinno dodržovat daný režim a pokyny trenérů. V případě hrubého porušování kázně může být dítě ze soustředění **vyloučeno bez nároku na vrácení peněz** (rodiče budou telefonicky vyrozuměni a zajistí si sami odvoz dítěte). V žádném případě není povoleno kouření ani požívání alkoholických nápojů. Při průběhu programu tábora není dovoleno používání mobilních telefonů.
 10. Za cennosti, elektroniku, drahé oblečení, peníze a neoznačené věci nepřebírá vedení odpovědnost. V případě poškození či rozbití zařízení areálu dítětem jsou rodiče povinni zajistit finanční náhradu po dohodě s vedením soustředění.
 11. **Zkoušky** – pokud se Vaše dítě zúčastní zkoušek na technické stupně („páskování“) v karate, je nutno mít s sebou průkaz ČSKK a uhradit zkoušky na místě, případně předem na účet č. 1785097133/0800. Průkazky svazu Kudo jsou v současnosti ve výrobě, pokud budou vyhotoveny do soustředění, zajistí pořadatel. Ceny za zkoušky jsou stejné:
10. – 3. kyu = 400,- Kč
2. a 1. kyu = 800,- Kč

Chceme vás ujistit, že pro přípravu každé akce děláme maximum. Již nyní se těšíme, že v pěkném prostředí a v toužebně očekávaném hezkém létě strávíme společně s vašimi dětmi příjemný týden. Ostatně, jako vždy...

S přátelským pozdravem, realizační tým soustředění KUDO A KARATE KYOKUSHINKAI.

Michal Starý
hlavní trenér

Pro případné dotazy v době soustředění nás kontaktujte na tel. č. 602 503 777, v době od 19:00 hod – 20:00 hod každý den, případně sledujte facebook - Michal Starý.

Potvrzení o bezinfekčnosti – prohlášení zák. zástupců dítěte

Prohlášení musí být vyplněno v den odjezdu a dítě je odevzdá spolu s potvrzením o Zdravotní způsobilost dítěte a průkazem zdravotní pojišťovny.

Prohlašuji, že dítě, rodné číslo

bytem:

nejeví známky akutního onemocnění (průjem, teplota, kašel...), lékař nenařídil změnu režimu, okresní hygienik ani ošetřující lékař dítěti nenařídil karanténní opatření. Není mi též známo, že by dítě přišlo v posledních dvou týdnech do styku s osobami, které by onemocněly přenosnou nemocí. Léky, které dítě užívá, případně existující omezení vyplývající ze zdravotního stavu dítěte jsem písemně uvedl(a) v závazné přihlášce a informoval předem zdravotníka letního tábora.

Jsem si vědom(a) právních následků, které by mne postihly, kdyby toto prohlášení nebylo pravdivé.

V dne

.....
podpis zákonného zástupce

Telefonické spojení pro případný kontakt v době konání tábora:

.....
telefon do zaměstnání

.....
telefon domů

Prohlašuji, že souhlasím s výše uvedenými upozorněními.

.....
podpis zákonného zástupce

PŘIHLÁŠKA NA LETNÍ SOUSTŘEĐENÍ 2020

Jméno dítěte:

Rodné číslo:

Datum narození:

Bydliště:

Název zdravotní pojišťovny:
(kopii průkazu prosím předat u autobusu)

Odpovědný zástupce (matka/otec):
telefon/mobil:

INFORMACE RODIČŮ PRO TRENÉRY:

1. Kolikrát již bylo samo na soustředění/táboře:
2. Je dítě: plavec / neplavec
3. Uveďte rok posledního očkování proti tetanu:
4. Alergie a jiná zdravotní omezení dítěte:
5. Jaké léky dítě užívá:
6. Které jídlo dítě absolutně odmítá (např. maso u vegetariánů):
7. Jiná důležitá sdělení (např. občasné pomočování u menších dětí):

Prohlašuji, že můj syn/dcera je řádně očkován dle očkovacího kalendáře a má platnou prohlídku u sportovního lékaře (razítko v průkazu ČSKK).

V souladu s GDPR, vyplněním této přihlášky souhlasím se zpracováním mých osobních údajů pro další komunikaci, a také se zveřejněním fotografií a videí z tréninků na sociálních sítích.

Datum a podpis zákonného zástupce _____