ZIMNÍ SOUSTŘEDĚNÍ



Zimní soustředění je určeno pro všechny technické stupně a bude zaměřeno na všeobecný rozvoj včetně procvičení zkouškového programu všech technických stupňů. Přezkoušení a zkoušky budou následovat v únoru. Tréninky budou rozděleny dle technických stupňů účastníků (do zeleného pásku a samostatná skupina zelenomodrých pásků a vyšších).

Počet míst je omezen na 45 osob! Sledujte volná místa na www.sonkal.cz Přihlášení se provádí v našem členském portále a uhraďte kompletní částku (přihlášení je úspěšné po splnění obou uvedených úkonů). Přispívá-li váš zaměstnavatel na dětskou rekreaci, předejte nám objednávku či fakturační údaje, obratem vám vystavíme daňový doklad. Máte-li individuální dopravu nebo zdravotní omezení či dietu, uveďte to v přihlášce!

Důležitá fakta:

Termín konání: **28.-31. ledna** (odjezd z Bryksovy ulice u bus zastávky Sídliště Černý Most, sraz ve 14:30 u tělocvičny ZŠ Vybíralova, návrat cca 15:30-16:30 – čas aktuálního odjezdu a předpokládaného příjezdu zveřejníme v členském portále)

Adresa pobytu: Ubytovna ZŠ a MŠ Zákupy, Školní 347, 471 23 Zákupy

Cena: **při zaplacení celé částky do 10. ledna 3200 Kč**
při zaplacení celé částky po 10. lednu 3500 Kč

Co je v ceně: ubytování, strava 3x denně + svačiny, pronájem tělocvičny a doprava sjednaným autobusem

Co mít s sebou: **pro žluté pásky a vyšší platí povinnost absolvovat dopolední a odpolední tréninky v kompletním doboku. 10. a 9. kupy mohou cvičit v doboku či teplácích a bílém tričku.** Chrániče (8. kupy a vyšší), přezůvky, sportovní oblečení, sportovní obuv (zvlášť do tělocvičny a ven), běžné oblečení, hygienické potřeby, kapesné a kopii kartičky zdravotní pojišťovny.

Bankovní spojení: 189640131/2010, v platbě uveďte jméno a příjmení účastníka.

Obecné info: Ubytování je internátního typu ve dvou až pětilůžkových pokojích se společným sociálním zázemím. Stravování ve školní jídelně. Tréninky 2x denně (vyšší pásky 2x 2h, nižší pásky 2x 1,5h) + individuální večerní 1 hodina.

Všichni účastníci předloží v den nástupu na soustředění prohlášení o bezinfekčnosti – k dispozici na https://sonkal.cz/dokumenty/?si=dokumenty









Kontaktní telefon v průběhu soustředění - 777-011-692 - Ondřej Vrábel

http://www.sonkal.cz ondrej.vrabel@taekwondo.cz

ZIMNÍ SOUSTŘEDĚNÍ

Provozní řád oddílového soustředění Sonkal:

- Účastník soustředění neopouští místo výkonu oddílového soustředění bez vědomí vedoucího školy nebo jím pověřené osoby – a to ani do nejbližšího okolí.
- Každý účastník se chová podle zásad taekwonda.
- Každý účastník je povinen včas zažádat o případné změny v termínu příjezdu/odjezdu, způsobu dopravy, způsobu stravování (alergie na lepek, na laktózu, celiakie, cukrovka, apod.), a to nejpozději 14 dnů před konáním soustředění v tabulce uvedené u události v členském portále.
- Účastník je povinen uposlechnout pokynu kteréhokoli z trenérů nebo jiných pověřených osob - pokud pokyn není v rozporu s tímto řádem.
- Denní program je závazný pro každého účastníka. Nikdo ho svým chováním nesmí narušovat. Na jednotlivé akce (snídaně, oběd, večeře, tréninkové jednotky, doprovodné programy,...) přichází účastník vždy včas.
- Na dopoledních a odpoledních trénincích je možno trénovat pouze v kompletním doboku – platí pro 8. kupy a vyšší. Ostatní trénují v doboku nebo po předchozí omluvě je možné použít tričko a tepláky. Tričko může být oddílové, se všeobecným motivem Taekwon-do a nebo bílé barvy. Trička s nápisy či logy jsou zakázána.
- Každý účastník dodržuje pořádek, čistotu a každodenní osobní hygienu.
- Účastník chrání oddílový majetek před poškozením či ztrátou. Případnou ztrátu či poškození ohlásí ihned vedoucímu školy. Účastník chrání rovněž svůj osobní majetek, včetně přiděleného klíče od pokoje, případnou ztrátu hlásí vedoucímu školy. Nalezené věci se odevzdávají majiteli nebo vedoucímu školy. Poškodí-li někdo majetek objektu nebo jiného účastníka, je povinen škodu nahradit.
- Provozovatel neručí za ztrátu peněz a jiných cenností. Používání mobilních telefonů a zábavní elektroniky (herní konzole, přehrávače…) je povolen pouze v osobním volnu, nikoliv během tréninkové jednotky a v průběhu nočního klidu.
- Stravování (snídaně, oběd a večeře) je pro každého účastníka povinností.
- Účastník soustředění je povinen dodržovat čas nočního klidu (večerky) 22:00 až 7:00 a svým chováním v tomto čase nerušit ostatní účastníky. Večerní hygienu musí provést před začátkem večerky a být ve vlastní posteli.
- Každou změnu zdravotního stavu, či případné zranění je účastník povinen nahlásit vedoucímu školy.
- Užívání drog, anabolických steroidů či jiných zakázaných látek, pití alkoholu, kouření je přísně zakázáno. Rovněž jsou zakázány veškeré formy šikanování, hrubost, vulgární vyjadřování v jakékoli formě.
- Účastníci jsou na začátku soustředění seznámeni s denním plánem a bezpečnostními pravidly.

Za nedodržování výše uvedených podmínek může být účastník potrestán napomenutím či podmínečným vyloučením. Může být také ze soustředění na vlastní náklady vyloučen a poslán domů bez finanční náhrady za zbytek pobytu.

<u>Storno podmínky:</u>

- při odhlášení do 10. ledna vracíme 100 % zaplacené částky
- při odhlášení do 24. ledna vracíme 50 % zaplacené částky
- při odhlášení po 26. lednu může být storno poplatek až 100 % částky






Kontaktní telefon v průběhu soustředění - 777-011-692 - Ondřej Vrábel

http://www.sonkal.cz ondrej.vrabel@taekwondo.cz