

| | | | | | |
|--|--|--------------------------------------|---------------|-------------|----------------------------------|
| KDY: | 10. - 12. května 2024 | | | | |
| KDE: | Judo Nový Jičín z.s., Poděbradova 134/1, 741 01 Nový Jičín (49.5947147N, 18.0069472E) | | | | |
| SRAZ: | Pátek 10.5. v 16:30 | | | | |
| KONEC: | Neděle 12.05. v 11:00 | | | | |
| UBYTOVÁNÍ : | na tatami v DOJO | | | | |
| ZÁZEMÍ: | Sprchy s teplou vodou, WC, společná klubovna/jídelna, posilovna | | | | |
| STRAVA: | Svačina, Večeře, Snídaně- pitný režim po celou dobu. <i>Upozorňujeme Vás, že jsme převážně masožravci, ale zajistíme i jinou stravu, pokud ovšem budeme dostatečně dopředu informováni</i> | | | | |
| S SEBOU: | Spacák, karimatka, polštář, medvídek, láhev na pití, věci osobní potřeby a hygieny, baterka, kapesné dle vlastního uvážení, případné startovné, licence ČsJU, kopii průkazu zdravotního pojištění(zde prosím výrazně napište i kontakt na kontaktní osobu), přezůvky, sportovní obuv a oblečení do tělocvičny, ale případně i do terénu. Pokud užíváte léky - nutno vždy informovat vedení/organizátora/vedoucího/trenéra <i>TELEFON/TABLET/PC, zábavní pyrotechniku, zbraně nechejte prosím doma!</i> | | | | |
| PROGRAM: | Pátek: 16:30-17:00 začátek/nástup v kimonech na tatami, 17-18:00 trénink, 18-18:30 pauza/svačinka, 18:30-20:00 trénink, 20-20:30 večeře, 20:30-21:45 organizovaná hygiena/osobní volno (hry, odpočinek, zábava), 22:00 večerka Sobota: 6-6:30 budíček/hygiena/úklid, 6:30-7:00 snídaně, 7-8:00 úklid a příprava všech prostorů na turnaj. MC Nový Jičín 8- cca 14:30(1.-3.místo medaile/diplom, řízek + pití) , 14:30- 15:00- úklid prostorů, 15:00-15:30 svačina, 15.30-17:00 trénink(nebo venkovní program dle počasí do 18:00), 18-18:30 svačina, 18:30-20:00 trénink, 20-20:30 večeře, 20:30-21:45 organizovaná hygiena/osobní volno (hry, odpočinek, zábava), 22:00 večerka Neděle: 7-7:30 budíček/hygiena, 7:30-8:30 snídaně/úklid, 8:30-10:30 trénink + vyhodnocení, 10:30-11:00 závěrečný úklid/zakončení | | | | |
| CO VÁS ČEKÁ: | Zvýšení a zlepšení fyzické, taktické a psychické kondice. Zlepšení a zvýšení technické úrovně a možné i pravidelné páskování. To vše pod vedením kvalifikovaných trenérů a cvičitelů. | | | | |
| PRO KOHO: | Určeno primárně pro kategorie U8- U16(i z jiných spřátelených oddílů)- ostatní kategorie dle dohody. Není určeno pro dítě/účastníka, které není zvyklé, neumí spát mimo domov, nebo není samostatné. Není určeno pro nemocné, nebo zraněné děti/účastníky. | | | | |
| INFO: | V případě konání závodů, turnajů bude ranní budíček a i program přizpůsoben. Rodiče, dospělí, doprovod a jiní účastníci se přespávačky neúčastní, pokud se na ní nějak nebudou organizačně podílet(dle dohody) | | | | |
| CENA: <i>Platí se v hotovosti na místě</i> | | varianta účasti | termín | JuNJ | spřátelený oddíl/ ostatní |
| | 1 | přespávačka + turnaj | 10.-11.5.2024 | 300,- Kč | 400,- Kč |
| | 2 | pouze účast na turnaji MC Nový Jičín | 11.5.2024 | 200,- Kč | 300,- Kč |
| | 3 | turnaj + Camp | 11.-12.5.2024 | 300,- Kč | 400,- Kč |
| 4 | přespávačka + turnaj + Camp | 10.-12.5.2024 | 400,- Kč | 500,- Kč | |
| ZÁVAZNÉ PŘIHLÁŠKY: | Závazné přihlášky zasílejte na e-mail: bridzik@judonj.cz , volek@judonj.cz , nebo volejte na 734220728, 776725244 nebo na TÝMUJ | | | | |

Děkujeme za Váš zájem a že jste s námi!

Judo Nový Jičín, Poděbradova 134/1, Nový Jičín, 741 01

Kontakt:

Stanislav Břídzik, ☎: +420 734220728, ✉: bridzik@judonj.cz Markéta Markelové, ☎: +420 606843179, ✉: marketa@judonj.cz
Radomír Volek, ☎: +420 776725244, ✉: volek@judonj.cz Jakub Regeci, ☎: +420 603268941