



**SHOTOKAN  
KARATE KLUB**  
ČESKÝ KRUMLOV



## LETNÍ Soustředění oddílu karate SKK Č.Krumlov

### 1. Lokalita letního soustředění:

- Jedná se o sportovní areál ZŠ Horní Stropnice (Budo centrum, ubytování), Penzion Bobr (ubytování) a Sportovní hala (jídlna), vše v okruhu 500 m.
- Místní nově zřízené koupaliště.
- V okolní přírodě Novohradských hor se nachází mnoho zajímavých míst - vodopády v Terčině údolí, hrad, zámek a klášter Nové Hrady, tvrz Cuknštejn, rašeliniště Červená blata – některé z těchto lokalit plánujeme navštívit. (bude potřeba kapesné pro děti na vstupy na výletech a na koupaliště)
- Zdravotní středisko 100m od školy.

### 2. Ubytování

- Penzion Bobr 1.patro a přízemí - pokoje s postelemi, sociální zařízení společné  
2.patro - pokoje s postelemi, sociální zařízení součástí pokoje
- Ubytovna ve škole škola není vybavena lůžkovinami, je nutné přivést vlastní.  
pokoj s postelemi  
místnost s palandami

Centrum veškerého dění bude v areálu školy, z tohoto důvodu preferujeme ubytovat ve škole mladší cvičence (cca 10 let).

### 3. Termín soustředění: **27.7 - 2. 8. 2013** (příjezd v sobotu od 13:30 do 15:00) (odjezd v pátek po obědě)

### 4. Cena letního soustředění zahrnuje:

- cvičební poplatek
- ubytování (6 nocí!)
- stravování formou plné penze 3 x denně (začíná se večeří a končí obědem)
- přítomnost zdravotního zajištění po celou dobu pobytu (zdravotní sestra)
- využití všech venkovních sportovišť v areálu školy

**3. 400,- Kč** varianta 1 – ubytování na škole

**3. 800,- Kč** varianta 2 – ubytování v penzionu

### 5. Doprava: individuálně

**6. Info:** Roman Kneifl - mob: 725 046 345, e-mail: kneifl.r@gmail.com

V případě Vašeho zájmu o účast dítěte na letním soustředění oddílu karate, je zapotřebí do 31. 3. 2013 uhradit zálohu ve výši 800,- Kč na účet (č.ú. 218748791/0300, do poznámky napsat jméno cvičence a karate) nebo v tělocvičně trenérovi. Doplátek uhradit nejpozději do 30.6.2013.

### 7. Časový rozvrh dne:

- 07.30 budíček, ranní hygiena
- 07.45 rozcvička + běh
- 08.30 snídaně
- 09.30 – 12.30 dopolední tréninková jednotka
- 12.45 oběd
- 13.15 – 14.30 polední klid
- 15.00 – 18.00 odpolední tréninková jednotka
- 18.30 večeře
- 19.30 – 22.00 večerní program – dovednostní hry nebo soutěže
- 22.00 večerka (dle věku cvičenců)

### Foto zázemí:

Sportovní hala  
jídelna



## ZŠ Horní Stropnice

Sprchy u dojo



Soc. zařízení - sprchy



ZŠ Horní Stropnice  
tělocvična



## ZŠ Horní Stropnice

místnost s postelemi



místnost s palandami

