



OLŠINA 2025



7. – 9. 3. 2025

17. – 19. 10. 2025

Místo: RS Olšina

Program: příprava na soutěže (MČR karate JKA, Mikulášský pohár)

Ubytování a stravování:

Hotel Michala – celkem k dispozici 28 lůžek, plná penze (začínáme večeří a končíme obědem)

Doprava:

Auto s vlekem od Gymnázia – bereme tatami a tréninkové pomůcky, Kneifl, auta dobrovolníků, po vlastní ose (rozpis uděláme podle skladby zájemců), viz. návratka.

Cena: **MLÁDEŽ DO 19 LET – 900,- Kč, OSTATNÍ – 1 700,- Kč**

Platbu za soustředění zašlete na účet klubu **218748791/0300**, do zprávy pro příjemce uveďte: Olšina, příjmení účastníka. Prosím přihlášky včas!!!!

Harmonogram:

| pátek | | |
|--------------------|-----------------------------|-----------------------|
| 16:30 hod. | sraz u gymnázia | nakládka tatami, atd. |
| 17:00 – 18:00 hod | příprava prostor ke cvičení | ubytování |
| 18:00 hod. | večeře | |
| 19:45 – 21:00 hod. | úvodní trénink | Skupina A + B |
| 22:00 hod. | večerka | |
| sobota | | |
| 7:00 hod. | budíček | |
| 7:30 hod. | rozcvička (venku) | |
| 8:00 hod. | snídaně | |
| 9:00 – 12:00 hod. | dopolední blok tréninků | Skupina A |
| | | Skupina B |
| 12:00 – 14:00 hod. | oběd, odpočinek | |
| 14:00 – 17:00 hod. | odpolední blok tréninků | |
| 18:00 hod. | večeře | |
| 19:00 – 20:30 hod. | večerní trénink | |
| 22:00 hod. | večerka | |
| neděle | | |
| 7:00 hod. | budíček | |
| 7:30 hod. | rozcvička (venku) | |
| 8:00 hod. | snídaně | |
| 9:00 – 12:00 hod. | dopolední blok tréninků | |
| 12:00 hod. | oběd | |
| 13:00 hod. | odjezd | úklid |

Oss, Roman Kneifl, Jirka Lajner a tým trenérů

Přihláška na akci Shotokan Karate Klubu Český Krumlov

Můj syn (dcera) narozen (-a).....

se zúčastní tréninkového kempu na Olšíně v termínu

Svým podpisem stvrzuji, že je dítě zdravé a může bez omezení absolvovat program tréninkového kempu.

Kontakt na rodiče: (telefon, mail)

V dne

Podpis zákonného zástupce

PŘIHLÁŠKU MOŽNO ODEVZDAT BĚHEM TRÉNINKU TRENÉROVI V DOSTATEČNÉM PŘEDSTIHU. NEZAPOMEŇTE PROVÉST PLATBU KEMPU V TERMÍNU. DĚKUJEME.