



Termín soustředění : 13.08. – 18.08. 2018

Sraz: v 8:30 ve škole Msgre.B.Staška Domažlice v horní části – hlavní vchod

Konec: cca 17:00 ve sportovní hale – Fugnerova 647, Domažlice

Hlavní trenér: Josef Prettl

Asistent 1 : Špalková, Pohanka, Ticháček, Paidar, Krekulová

Asistent 2 : Hráči 2.ligy mužů BK Jiskra Domažlice

Ubytování:

1.možnost : ve třídách školy (žíněnky, matrace, spacáky, polštář, atd.)

V každé třídě bude spát cca 10 až 15 dětí, dle kategorií.

2.možnost : je spaní doma a docházet vždy na ranní sraz 8:45 hod a večer vyzvednout cca 18 hod. Toto se týká spíše U10 a U11. Tuto možnost nahlaste prosím předem a bude vám odečtena částka za nocleh.

Stravování:

Snídaně, svačina, oběd, večeře + 2.večeře : z důvodu rekonstrukce školní jídelny na ZŠ Komenského 17 se budeme letos stravovat v penzionu Viola a nebo v domově pro seniory v Baldovské ulici. Podrobnosti momentálně ještě dolaďujeme, každopádně strava bude zajištěna ve výše zmíněném rozsahu.

Pitný režim bude zajištěn po celý den.

Kategorie (ročníky) :

Soustředění se týká všech věkových kategorií a všech hráčů a hráček. Podle počtu přihlášek, budou děti rozděleny do tréninkových skupin dle věku a výkonnosti.

Časový harmonogram: (délka tréninku se bude se upravovat pro jednotlivé kategorie podle věku)

8:00 - 8:30 snídaně

9:00 - 10:00 trénink

10:00 - 10:30 svačina

10:30 - 11:30 trénink

11:30 - 14:00 oběd + polední klid

14:00 - 15:00 trénink

15:00 - 15:30 svačina

15:30 – 17:00 trénink

17:00 – 18:00 večeře

18:30 - 20:00 zápas

21:30 – večerka

Součástí tréninkových jednotek bude opět jóga, pod vedením pí. Mirky Bauzové.

S sebou :

Láhev na pití, boty na basketbal dovnitř/ven na atletiku, hygienické potřeby, pantofle, ponožky, tepláky, šortky, trička, mikina, bunda, ručníky, plavky, podložka na jógu, kartička pojištění, hrníček na pití, misku a lžíci, věci na spaní, drobný obnos na zmrzlinu, atd.

Za cennosti, které děti nechají volně v prostorách školy neručíme, je možnost si dát vše k trenérům.

Cena soustředění: 2 900,- Kč

Cena bez spaní 2 300,- Kč

Závěr :

Přihlášky odevzdat do 30. června. Přihláška je součástí přílohy nebo k vyzvednutí u trenérů jednotlivých kategorií. Platba na účet - Číslo účtu 107- 9271460237/0100 nebo v hotovosti u hlavního trenéra p. Prettl nejpozději do 22. července.

V případě jakéhokoliv dotazu mě neváhejte kontaktovat.

Za BK Jiskra Domažlice
Josef Prettl – šéftrenér mládeže BK Domažlice
josefprettl@seznam.cz
602 613 627