



SVAZ VODÁKŮ ČESKÉ REPUBLIKY

UNION OF BOATERS OF CZECH REPUBLIC

RADA RAFTINGU SVoČR

U Pergamenky 3, PRAHA 7, 170 00

tel./fax: 266 722 223, e-mail: svocr@svocr.cz

PŘÍPRAVNÉ SPORTOVNÍ RAFTOVÉ SOUSTŘEDĚNÍ JUNIORŮ SVoČR

FÁZE 1: SPOLEČNÉ SLALOMOVÉ SOUSTŘEDĚNÍ JUNIORSKÉ REPREZENTACE A KLUBOVÝCH JUNIORSKÝCH POSÁDEK

*Rada raftingu SVoČR Vás zve na Přípravné sportovní raftové soustředění juniorů SVoČR na slalomovém kanálu v Roudnici nad Labem.
Soustředění je součástí přípravy reprezentace.*

A. VŠEOBECNÁ USTANOVENÍ

1) Pořadatel

Svaz vodáků ČR, z. s.

2) Technické provedení

Svaz vodáků ČR, z. s. - SCM

3) Datum konání akce

26. října – 28. října 2024 (sobota – pondělí)

Úvodní trénink: 26. 10. **dopoledne**, cca od **9.00 do 11 hodin** (sobota)

Závěrečný trénink: 28.10. **odpoledne**, cca do 15.00 hodin (pondělí)

4) Místo akce

Hlavní tréninky: USD Roudnice nad Labem

Ubytování: (POZOR – oproti minulým létům je změna) **USD Roudnice nad Labem, chatky; web:**

<https://www.kkroudnice.cz/cs/ubytovani>

Stravování: (jako vždy) F.A. Pod Lipou s.r.o., Pod Lipou 297, 41301 Vědomice, Roudnice nad Labem;

web: <https://www.hotelsportlipa.cz/cs/kontakt/>

Doplňkové aktivity: **Zatím nejsou jisté.** Obvykle využíváme tělocvičnu Sport hotel BK Pod Lipou

5) Přihlášky

Ideálně obratem, nejdéle však **do 21. 10. 2024, včetně seznamu účastníků**

Na adresu vratislav.sembera@lsg.cz;

Telefon 777 022 810

6) Cena

Převážnou část nákladů hradí účastníkům svaz.

Spoluúčast sportovce:

U19, U23 - členové reprezentačního družstva 2024: symbolických 700,- Kč / osoba a pobyt

U19, U23 - ostatní sportovci: 1200,- Kč / osoba a pobyt.

V ceně je ubytování, celodenní strava (*počínaje sobotním obědem, konče pondělním obědem*), pronájem kanálu, potřebný materiál a pronájem prostor pro doplňkové aktivity.

Předpokládáme, že sportovcům může **na spoluúčast přispět mateřský klub.**

Trenéři bez doplatku (1 trenér na klub).

7) Pokuty za porušení pravidel

Za porušení pravidel soustředění může být sportovci uložena pokuta.

8) Ceník pokut

Závažné narušení časového programu - 100,- Kč

Porušení pravidel životosprávy sportovce – 500,- Kč

*Při opakovaném či závažném porušení pravidel sportovec opustí soustředění (na vlastní náklady). ☹
O udělení pokuty rozhoduje trenérská rada soustředění.*

9) Standardy

Ubytování: v chatkách

Stravování: 3 x denně (snídaně, oběd, večeře). Stravování v přilehlém penzionu.

Doprava: na vlastní náklady (náklady klubu).

B. TECHNICKÁ USTANOVENÍ

1) Podmínky účasti a věkové kategorie

- Akce je organizována pro kategorii juniorů a juniorek v roce 2024.
- Akce je prioritně zaměřená na KOMPLETNÍ POSÁDKY.
- V případě problémů s úplností posádek je možná účast i starších ročníků.
- **V rámci soustředění bude ustanovena tréninková skupina začínajících vodáků** (příležitost přivést i nové sportovce)!!!

2) Zahájení a ukončení soustředění

Začátek: soustředění začne DOPOLEDNÍM tréninkem v sobotu, **9.00 hodin**

Ukončení: v pondělí po odpoledním tréninku (cca v 15 hodin)

3) Náplň soustředění

- Voda 2 x denně (celkem 6 tréninkových jednotek), časy dle rozpisu
- Kondiční tréninky (1 x denně)
- Relaxační cvičení (1 x denně)

4) Materiál

- Podstatnou částí náplně tréninků bude také trénink na R2 – Baraky. Proto prosím, kluby, aby kromě raftů si přivezly i tyto lodě.

5) Bezpečnostní předpisy

- Za účastníky akce ručí vysílající klub.
- Na každých 4 – 6 sportovců doporučujeme jednoho vedoucího (starší 18 let), který nemusí být trenérem

6) Zvláštní upozornění

Jedná se o svazové soustředění MLÁDEŽE, proto prosím upozorněte své svěřence, že **alkohol je pro sportovce na takové akci nepřípustný** – krom toho, že devastuje osobnosti, také znevažuje náš sport. Viz také body A7 a A8 těchto propozic.

7) Organizační tým

Garant za RR SVoČR: **Vratislav Šembera**

Vedoucí soustředění: Milan Znamenáček

Trenéři voda: **Milan Znamenáček, Anna Kašparová** a trenéři z klubů

Tréninkový plán, kondiční příprava: **Jan Bergi Řehák**

Relaxace, protažení: **Anna Kašparová**

Provozní záležitosti: **Anna Kašparová**

Hospodaření: **Štěpánka Stonová, Vratislav Šembera**

Za organizační tým SCM a Radu raftingu SVoČR zve:

Vratislav Šembera, v.r.