

U S T A N O V E N I E

o letných športových sústredeniach v modernej gymnastike
Slovenská republika, Bardejov

1. Všeobecné ustanovenie

Klub modernej gymnastiky Laser-Delta Bardejov, ktorý organizuje pobytové letné športové sústreďenie (ďalej len „sústredenie“), v spolupráci so ZŠ s MŠ Pod papierňou a za podpory mesta Bardejov bude uskutočňovať tréningy, za účelom:

1. zlepšenia športových a fyzických zdatností účastníkov
2. objavenie umeleckého potenciálu účastníkov
3. odhalenie talentovaných a perspektívnych gymnastiek
4. posilnenie športových vzťahov medzi športovými organizáciami

Miesto konania:

ZŠ s MŠ Pod Papierňou 16 A, 085 01 Bardejov

Termín konania:

od 31. júla do 13. augusta 2022

Riaditeľka:

Predsedníčka KMG Laser-Delta Bardejov
Anna Lazorová

Osoby zodpovedajúce za svoju skupinu gymnastiek počas tréningu:

trénerky - Anastasiya Sakal, Sára Müllerová,
Olena Lapytská, Bianka Reindlová, Karin Müllerová

Osoby zodpovedajúce za gymnastky počas celého pobytu na sústredení:

Anastasiya Sakal, Sára Müllerová, Olena Lapytská

2. Vedenie a trénerská zostava na sústredení

Sústredenie vedie a usporadúva KMG Laser-Delta Bardejov v spolupráci so ZŠ s MŠ Pod papierňou.

Prevedenie tréningov zabezpečujú trénerky KMG Laser-Delta Bardejov, majsterky športu v MG na Ukrajine a rozhodkyne **Anastasiya Sakal** a **Olena Lapytská**, bývalá reprezentantka SR **Sára Müllerová**. Pomocné trénerky **Bianka Reindlová**, **Karin Müllerová**.

3. Účastníci sústredenia

Na sústreďenie pozývame gymnastky všetkých vekových a výkonnostných kategórií bez zdravotných problémov a kontraindikácií k modernej gymnastike. Taktiež tanečníčky, krasokorčuliarky a iné športovkyne, ktoré k zlepšeniu svojho športového výkonu potrebujú gymnastickú prípravu.

4. Podmienky k účasti na sústredení

Účastníci sú povinní pri nástupe odovzdať:

- kópiu kartičky poistenca
- **originál lekárskeho potvrdenia**, v ktorom bude uvedené, že sa dieťa môže venovať gymnastike
- **poistenie** na nehody/úrazy/smrť (kópiu asistenčnej kartičky)
- **originál ustanovenia** podpísané zákonným zástupcom
- **originál prihlášky** na sústreďenie
- **prehlásenie o bezinfekčnosti** s dátumom nástupu na camp

5. Program športového sústreďenia

Nástup na sústreďenie: 31.7.2022 (Nedeľa) od 16:00 do 17:00 hod

Začiatok sústreďenia: 1.8.2022 o 8.00 hod

Ukončenie sústreďenia: 13.8.2022

Tréningové dni: pondelok - sobota

**Oddychový deň: 7.8.2022 (nedeľa), spoločný program od 8:00 do 13:00 h,
návšteva rodičov od 13:00 do 18:00 h**

Vystúpenie pre verejnosť: 13.8.2022 (sobota) čas sa upresní neskôr

Miss Gymnastics 2022

- Každá gymnastka obdrží **2 vstupenky zdarma.**

Vstupné: 3 € !!! vstupenky je potrebné zakúpiť týždeň vopred !!!

Časový harmonogram:

07:30 – 08:00 - budíček, ranná hygiena

08:00 – 08:15 - ranný beh, rozcvička

08:15 – 09:00 - raňajky

09:00 – 12:00 - I. tréning

12:00 – 15:00 - obed, oddych, olovrant I.

15:00 – 16:30 - choreografia - balet

16:30 – 17:00 - olovrant II.

17:00 – 19:00 - II. tréning

19:00 – 19:30 - večera

19:30 – 20:00 - večerná hygiena

20:00 – 22:00 - spoločné aktivity, telefonáty s rodičmi

22:00 - večierka

6. Športové náčinie a pomôcky

Každá účastníčka je povinná mať:

- náčinie pre modernú gymnastiku : švihadlo, obruč, loptu, kužele, stuha
- záťaž na nohy a na ruky – gymnastky nad 7 rokov
- kocky na jógu 2 ks (tvrdé), podložky na šnúry 2 ks (mäkké)
- fitness gumu (gumená) a gymnastickú gumu (látková), kolenačky
- tenisové loptičky 1 bal.
- karimatku (na cvičenie vonku)
- gymnastickú uniformu (aj na obmenu), biele ponožky na tréningy!!!, gymnastické špičky
- čierne body na ramienka (balet)
- hudbu pre vlastné zostavy + USB kľúč (kde Vám trénerka hudbu nahrá)
- pomôcky na úpravu účesu !!! (kefu na vlasy, aspoň 3 gumičky)
- kostým na vystúpenie, gymnastický dres – možnosť zapožičania u nás bez poplatku
- prezúvky, tenisky na beh, malý ruksák
- športová tepláková súprava, civilný odev, pyžamo
- plavky, osuška, opaľovací krém, prikrývku hlavy, rukávniky (ak dieťa nevie plávať)
- hygienické potreby, fľašu na vodu, matrac nafukovací a pod., posteľná bielizeň
- jedálenský set (miska na polievku, tanier na hlavné jedlo, príbor, pohár)

Všetky horeuvedené veci si deti prinesú zbalené v kufri na začiatku sústreďenia. Tréningové pomôcky v tréningovej taške. Každú vec je potrebné si riadne označiť. Pomôže aj zoznam vecí.

7. Náklady na sústredenie

Náklady na ubytovanie, cestu a účasť na sústredení nesú vysielajúce organizácie, rodičia.

Cena : od 350 €

zahŕňa :

Tréningy a ostatné poplatky - 140 € (bez ohľadu na počet absolvovaných hodín sústredenia).

Cena zahŕňa 6,5 hodinové tréningy 11dňí sústredenia, prenájom telocvične, celodenná starostlivosť o vaše dieťa, zdravotnícky dohľad, pitný režim, pamätný darček s lógom klubu, sobotňajšiu generálnu skúšku vystúpenia, certifikát, ceny a účasť na súťaži Miss gymnastics 2022 + 2 lístky na verejnú show.

- pre porovnanie rok predtým 160 €, znížili sme cenu o 20 €

Strava - 14 dní x 15 € / deň = 210 €

(Plná penzia - zahŕňa raňajky 2,50 €, obed 5,00 €, 2x olovrant 3,50 €, večeru 4,00 €)

- pre porovnanie rok predtým strava 14 dní x 10 € / deň = 140 €

(reštauračné zariadenia zvýšili cenu o 5 €/deň)

nezahŕňa:

Ubytovanie škôlka:

- žiaci ZŠ s MŠ Pod papierňou 16/A - zdarma

- žiaci CVČ pri ZŠ s MŠ Pod papierňou 16/A - 3 € / noc

- žiaci z iných ZŠ a MŠ - 5 € / noc

Storno poplatky

7 dní pred začiatkom sústredenia - 50%

(v prípade zabezpečenia náhradníčky sa storno poplatok neúčtuje)

3 dní pred začiatkom sústredenia - 100%

(v prípade zabezpečenia náhradníčky sa storno poplatok neúčtuje)

Platba za sústredenie sa uskutočňuje vtedy, ak Vám potvrdíme prijatie prihlášky a to prevodom peňažných prostriedkov na účet klubu modernej gymnastiky Laser-Delta Bardejov alebo v hotovosti pri príchode dňa 31.7.2022

Názov účtu: Klub modernej gymnastiky Laser-Delta Bardejov

Stocklova 14, 085 01 Bardejov

IBAN: SK76 7500 0000 0040 2275 1444, SWIFT: CEKOSKBX

Názov Banky: Československá obchodná banka, a. s.

8. Podmienky pre podanie prihlášok

Podat' prihlášky môžete elektronicky do 20. júla 2022 na kmglasser@zoznam.sk

Ak organizácia podá prihlášku na účasť skupiny s minimálne 5 gymnastkami, ubytovanie a stravu doprevádzajúcej osoby hradí organizátor.

Podaním prihlášky vyjadrujete oficiálny súhlas s článkami tohto ustanovenia.

V Dňa:.....

Meno a Priezvisko:.....

Podpis:.....