



## Vážení rodiče 1.JCBO pořádá **JUBILEJNÍ** **10.VÍKENDOVÝ JUDO CAMP NA TATAMI**

**Pořádá:** 1.JC Baník Ostrava o.s.

J. Misky 71/11,700 30,Ostrava-Dubina

**Ubytování:** Bude probíhat v prostorách našeho střediska, v tělocvičně ZŠ na ulici Mjr. Nováka V Ostravě-Hrabůvce. Spát se bude na tatami ve vlastním spacím pytli. V areálu se nachází veškeré sociální zařízení,tj.WC,sprchy s teplou vodou.

**Strava:** V pátek večeře z vlastních zdrojů. V sobotu snídaně+svačiny+oběd+večeře zajištěno. V neděli snídaně a svačina.

**Termín:** Camp proběhne v termínu od **13.4.-15.4.2012**

Nástup je 13.4. v 15.00 hod. a ukončení dne 15.4. 2012 ve 12.00 hod. v tělocvičně ZŠ na ul.Mjr.Nováka

**Doprava:** Vlastní, rodiče přivedou své dítě na místo konání a osobně předají zodpovědnému trenérovi. Po skončení akce si dítě osobně vyzvednou.

**Cena:** 600. -Kč/osobu

V ceně je zahrnuto ubytování, strava dle rozpisu, pitný režim.

Součástí komplexu je plně vybavená tělocvična,tatami, hřiště na fotbal a míčové hry.

**Náplň campu:** Program se bude skládat především z výuky juda a pestrý program sportovních her v tělocvičně a za příznivého počasí i venku.

**Co nesmím zapomenout:** spacák, polštářek, 1-2 kimona, přezůvky, šustákovou soupravu, triko na převlečení, tenisky do přírody, průkaz pojišťovny, přihlášku.

**Kontakty:** Miroslav Kubina tel.: 606 536 180

13.4.2012	14.4.2012	15.4.2012
15:00 zahájení	7:30 budíček+rozcvička	7:30 budíček+rozcvička
16:00-17:30 1. trénink	8:15 snídaně	8:00 snídaně
18:00 1.víkendová hra	9:30-11:00 2. trénink	9:00-9:45 ne-waza
19:00 večeře	12:00 Oběd	10:00 svačinka
19:30-21:00 volná zábava	14:30 2.víkendová hra	10:30 ukázky
21:00 stavění domků	..svačinka, bojová olympiáda	11:00 vyhlášení výsl.,
22:00 večerka	..3.víkendová hra + večeře	12:00 ukončení
	..volná zábava 22:00 večerka	

\*\*\* \_\_\_\_těší se na Vás kolektiv trenérů 1 judo klubu Baník Ostrava \_\_\_\_\*\*\*