

Asociace ROB ČR
Zátokova 100/2
P.O.BOX 40
160 17 Praha 6 Strahov
tel./fax: +420602220024
e-mail: arob@cstv.cz
www.ardf.cz



Pozvánka **na 1. tréninkové soustředění státní sportovní reprezentace v ROB** **8. - 12. 4. 2009 - Doksy**

Název akce:

1. tréninkové soustředění státní sportovní reprezentace v ROB - kondičně technická příprava

Termín a místo konání:

8.-12.4.2009, Doksy u Máchova jezera

Ubytování:

PENSION Lesní hotel, Doksy, 3 lůžkové pokoje (společné příslušenství na chodbě)
slabé deky + lůžkoviny na pokojích, doporučen vlastní SPACÍ PYTEL !!!

Stravování:

zajištěno od čtvrtka v rozsahu **polopenze** (snídaně + večeře)
Obědy, svačiny a pitný režim - zajistí si SAMI účastníci ve vlastní režii

Předběžný návrh programu:

Středa: příjezd do 20,30 hod, ubytování (večeře není zajištěna)
21,00 - informační schůzka se šéftrenérem

Čtvrtek: dopoledne - trénink 3,5 MHz klasika (nácvič zákresů, kontrola techniky)
odpoledne - tréninková trať OB (Pražské velikonoce)
večer - individuální konzultace se šéftrenérem, kontrola trénink.deníků

Pátek: dopoledne - trénink 144 MHz klasika (nácvič zákresů, kontrola techniky)
odpoledne - závod 144 MHz klasika (měřený) + sprint 5za5 3,5 MHz
večer - bazén Staré Splavy, masáže, individuální konzultace se šéftrenérem

Sobota: dopoledne - závod OB, trať T6 (Pražské velikonoce - mapa Enkláva)
odpoledne - testování přijímačů, hvězdice 3,5+144 MHz, individuální výklus
večer - masáže, přednáška STREČINK (praktická výuka Oma/Veškrna)

Neděle: dopoledne - závod 3,5 MHz klasika - měřený závod + sprint 5za 5 144 MHz
odjezd v cca 15 hod.

Podrobné časové údaje budou sděleny na informační schůzce na počátku akce.

Doprava:

Odvoz vozem VW z Turnova předem domluvit s Petrem Jelínkem st.

Potvrzení o účasti:

co nejdříve, nejpozději do 28.3.2008 na e-mail: sruta@comp.cz
Potvrďte účast, číslo SI čipu, čas příjezdu, způsob dopravy (příp. další informace pro trenéry)
Bez písemně potvrzené účasti se nelze akce zúčastnit.
V případě neúčasti toto písemně oznamte s odůvodněním (co nejdříve)

Další informace:

Věci na ROB a OB, čip SI, sporttester, tréninkový deník, teplé oblečení, **plavky+čepice!!**
Částečná finanční spoluúčasť na úhradě nákladů soustředění (viz seznam pozvaných)

V Praze dne 13.3.2009

Marcela Šrůtová, manažer reprezentace

Podmínkou je přihláška v termínu do 28.3. do vyčerpání kapacity ubytování (celkem 36 lůžek)

Realizační tým

1. Jozef Šimeček
2. Miroslav Vlach
3. Marcela Šrůtová
4. Miloslav Nečas
5. Jakub Veškrna
6. Jiří Mareček
7. Jaroslav Novotný
8. Petr Jelínek st.

Užší reprezentační kádr

MUŽI (M20)

9. Fučík Karel
10. Oma Jakub
11. Baier Martin
12. Voráček Michal
13. Pospíšil Vít

ŽENY (D20)

14. Omová Michaela
15. Novotná Lenka
16. Krčálová Veronika
17. Fučíková Hana

JUNIOŘI (M16)

18. Lněnička Jakub
19. Borovička Roman
20. Štrympl Ondřej
21. Papež Jakub

JUNIORKY (D16)

22. Myslivečková Zuzana
23. Jelínková Šárka
24. Marečková Michaela
25. Moučková Andrea
26. Šrůtová Pavla

Širší reprezentační kádr

27. Brož Marek
28. Mysliveček Marek
29. Vlček Jan
30. Stehlík Ondřej
31. Hrušková Lenka
32. Jiráňová Blanka
33. Wurzelová Hana
34. Dundrová Lucie
35. Šimáček Ondřej
36. Havelka Čeněk
37. Matoušek Pavel
38. Francková Tereza
39. Havelková Markéta
40. Zachová Lucie
41. Samuelová Lucie

Finanční spoluúčast:

Pokud nebude do 5.4. známa výše dotace MŠMT na repre, bude hotově vybírána finanční spoluúčast:

Užší repre výběr - 500,- Kč (100,- Kč/den + startovné)

Širší repre výběr - 900,- Kč (200,- Kč/den + startovné)

Samoplátci - plná úhrada nákladů (350,- Kč/den + startovné)

Doprava nebude proplácena

Finanční spoluúčast a náklady na dopravu bude možné dodatečně proplatit v případě získání finančních zdrojů