



Pozvánka na technické soustředění ŽDR – 28.10.-1.11.2015

Datum konání: 28.10.- 1.11.2015

Místo konání: Běleč nad Orlicí, Hradec Králové

Ubytování: Tábor J.A.Komenského Běleč nad Orlicí (GPS 50.187N, 15.949E)

Stravování: plná penze, začíná obědem ve středu 28.10. , končí obědem v neděli 1.11.

Příjezd: středa 28.10.2015 do 12:00 hod

Odjezd: neděle 1.11.2015 cca 14:00 hod

Doprava: zajistí a **HRADÍ** vysílající oddíl, doporučuji zajistit dopravu vozidly

Pobytové náklady: hradí AROB ČR

Předběžný program soustředění:

Středa 28.10.2015

- trénink 144 MHz zkrácené relace
- zhodnocení dne a poohlédnutí se za sezónou 2015

Čtvrtek 29.10.2015

- běh na měřeném okruhu + foxoring
- trénink 3,5 MHz zkrácené relace

Pátek 30.10.2015

- trénink 144 MHz se specifickým úkolem
- speciální trénink na azimuty

Sobota 31.10.2015

- trénink 3,5 MHz se specifickým úkolem
- trénink 144 MHz klasická trať

Neděle 1.11.2015

- trénink sprint 3,5 MHz

Nezapomenout vzít sebou:

min. 2x komplet věci na běhání, věci na převlečení, min 1x rezervní boty, teplé oblečení na celý den venku, věci osobní hygieny, láhev na pití, přezůvky, rukavice, čepice, pláštěnka, **doporučuji spacák**, přijímače na obě pásma, čip SI, sluchátka, nabíječka, mapník, hodinky, buzola, tužka na kreslení záměrů, blok na poznámky, psací potřeby, tréninkový deník pokud máte zavedený.

Přihlášky:

do 16.10.2015 e-mailem na adresu : turskyj@gmail.com a v kopii na arob@ardf.cz ; bez přihlášení se nelze akce zúčastnit, v přihlášce uveďte rovněž způsob dopravy, čas příjezdu i plánovaného odjezdu.

Samoplátci:

Cena pobytu je **400 Kč/1 den = 1.600 Kč celkem**. Samoplátci se musí přihlásit ve stejném termínu jako pozvaní sportovci, celkový počet míst je omezen. Účast samoplátců bude potvrzena podle počtu přihlášených pozvaných sportovců.



Seznam pozvaných:

Realizační tým:

1. Turský Juraj
2. Kuncová Eliška
3. Gomzyk Andriy
4. Šrůta Pavel
5. ..

Sportovci:

Kategorie D14

1. Lidřáková Petra
2. Stahlová Nela
3. Sobotová Alžběta
4. Helánová Kateřina
5. Fialová Pavla
6. Daňková Dominika
7. Stárková Kateřina
8. Klecová Johana
9. Jirásková Barbora

Kategorie D16

1. Chmelařová Anna
2. Sobotková Anna
3. Trpáková Daniela

Kategorie M14

1. Svatek Samuel
2. Sobotka Vojtěch
3. Unčovský Jakub
4. Ráliš Tomáš
5. Klec Michal
6. Klec Jakub
7. Trpák Jan
8. Dukát Šimon
10. Milanovský, Kryštof
11. Kmoníček Jan

Kategorie M16

1. Šrom Dominik
2. Matušek Dalibor
3. Unčovský Vít
4. David Tomáš
5. Lajtkep Matěj
6. Křen Jakub
7. Svatek Daniel
8. Hrubý Vilém
9. Šebek Filip

Poznámka: Na podzimní soustředění je možné po domluvě s trenérem ŽDR nominovat i jiné než výše jmenované sportovce.

V Hradci Králové 25.10.2015

Juraj Turský
Trenér ŽDR