

Velké letní Taekwon-Do soustředění



Kdy: sobota 3. 8. 2024 – pátek 9. 8. 2024

- příjezd 3. 8. po 16:00, odjezd 9. 8. v odpoledních hodinách
- doprava vlastní, nebo společná dle zájmu

Kde: Rekreační středisko U Starého rybníka Zbraslavice – adresa: **Zbraslavice 255, 285 21**

Areál sportovního střediska je obklopen lesy, které nám poskytnou skvělé prostředí pro zajímavé tréninky a hry. Přímo v areálu máme rybník vhodný pro osvěžení při perných letních dnech. K dispozici budeme mít tělocvičnu a spoustu dalších sportovišť (ping-pongové stoly, fotbalové a beach volejbalové hřiště atd.).

Cena:

Cena za celé soustředění (beze slev)	8 400 Kč
Cena za jeden den beze slev	1 400 Kč
Výsledná cena po uplatnění plné slevy*	7 600 Kč

*sleva 5 % - při složení zálohy do 17. 6. (záloha 5000 Kč nebo alespoň polovina celkové ceny)

sleva 5 % - při účasti na celém soustředění (pro započtení slevy nutno zálohu zaplatit do 1.7.)

Přihlašování: Přes online formulář dostupný zde: <https://forms.office.com/r/xQgaWKBvnH>

Program:

Co vás na soustředění čeká? Ráno se společně protáhneme, abychom byli připraveni proběhnout se po krásné okolní přírodě. Po běhání si dáme skvělou snídani formou švédských stolů. Na dopoledním tréninku se budeme učit nové techniky, zacvičíme si zkouškové sestavy a budeme pilovat techniku, abychom mohli být na svoje taekwondo pyšní. Následovat bude zasloužený oběd, po kterém budeme mít klid a čas užívat si letní pohodu. Pak nás čeká odpolední program, kde se budou střídát různé hry, koupání v rybníce a další zábavné věci. Zlatým hřebem odpolední části budou kondičně-soubojové tréninky, na kterých posuneme svoje bojové schopnosti o úroveň výše. Odměníme se vydatnou večeří, po které nás čeká zábavný večerní program – někdy speciální trénink, jindy táborák s opékáním nebo třeba také noční bojovka. V rámci odpočinkového dne uprostřed soustředění je naplánovaný celodenní výlet, jehož náplň zatím zůstane zahalená tajemstvím. Ke konci soustředění se pak můžete těšit na zkoušky pod vedením pana velmistra Hwang Ho-Yonga.

Už se těšíte? My také! Rezervujte si termín v kalendáři, vyplňte přihlášku a odpočítávejte s námi dny do začátku letního soustředění! 😊