

Propozície

2. regionálny kemp VsSTZ 2019 /mladší žiaci/

- Dátum:** 27. až 29. December 2019
- Organizátor:** ŠKST Michalovce
- Kategória:** mladší žiaci a žiačky /2007, 2008,
- Nominácia:** zverejnená na vsstz.sk /možné doplnenie/
- Adresa miestnosti:** Stolnotenisová hala Michalovce, Kapitána Nálepku 8, 071 01 Michalovce
-
- Hlavný tréner:** Jozef Blaško tréner 4. kvalifikačného stupňa /licencia A/
- Tréneri:** Štefan Eštok tréner 2. kvalifikačného stupňa /licencia C/
Rastislav Terezka tréner 2. kvalifikačného stupňa /licencia C/
-
- Springpartneri:** hráči ŠKST Michalovce (extraliga, 1. liga, 2. liga)
-
- Informácie:** www.stolnytenis.wordpress.com
- Prihláška:** e – mailom trénerovi kempu, najneskôr do 18.12.2018
trener.estok@gmail.com
-
- Časový rozpis:**
- 1. deň /27. december 2019 - piatok/**
08.00 – 08.30 Prezentácia účastníkov
08.30 – 11.00 Tréning – 1. fáza
11.00 – 13.00 Obed, prestávka
13.00 – 15.00 Tréning – 2. Fáza
15.00 – 15.30 Taktická príprava, rozhovory
15.30 – 17.00 Tréning – 3. Fáza, alternatíva kondičný tréning /kondičný tréner/
- 2. deň /28. december 2019 - sobota/**
08.00 – 08.30 Prezentácia účastníkov
08.30 – 11.00 Tréning – 1. fáza
11.00 – 13.00 Obed, prestávka
13.00 – 15.00 Tréning – 2. Fáza
15.00 – 15.30 Taktická príprava, rozhovory
15.30 – 17.00 Tréning – 3. Fáza, alternatíva kondičný tréning /kondičný tréner/
- 3. deň /29. December 2019 - nedeľa/**
08.30 – 09.00 Prezentácia účastníkov
09.00 – 11.30 Tréning – 1. fáza
11.30 – 13.00 Obed, prestávka
13.00 – 15.30 Tréning – 2. Fáza
15.30 – 16.00 Odpočinok, regenerácia
16.00 – ukončenie kempu
-
- Ubytovanie:** - v prípade záujmu zabezpečí na náklady účastníka organizátor
- tréneri na náklady organizátora
-
- Stravovanie:** - pitný režim všetkých účastníkov na náklady organizátora /hráči+tréneri/
- desiata, olovrant na náklady organizátora /hráči+tréneri/
- obed na náklady organizátora /hráči+tréneri/
-
- Záverečná správa:** hlavný tréner zašle predsedovi KM VsSTZ správu o realizácii do 7 dní/