

Propozície

1. regionálny kemp VsSTZ 2020 /mladší žiaci a žiačky/

Dátum: 03. až 04. marec 2020
Organizátor: STK Lokomotíva
Kategória: mladší žiaci a žiačky
Nominácia: zverejnená na vsstz.sk /možné doplnenie kvôli účasti na Mini Cadet Open/
Adresa miestnosti: Stolnotenisový klub Lokomotíva Košice, Čermeľská cesta 1, 040 01 Košice

Hlavný tréner: Andrej Dezelinskij tréner 1. kvalifikačného stupňa /licencia A/
Tréneri: Marián Fotta tréner 3. kvalifikačného stupňa /licencia B/
Dušan Muličák tréner 4. kvalifikačného stupňa /licencia C/

Sparingpartneri: hráči STK Lokomotiva

Informácie: <http://www.stklokomotiva.sk/>
Prihláška: info@stklokomotiva.sk

Časový rozpis: **1. deň /03. marec 2020 - utorok/**
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 Taktická príprava, rozhovory
16.00 – 17.30 Tréning – 3. Fáza, alternatíva kondičný tréning

2. deň /04. marec 2020 - streda /
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
- všetci tréneri na náklady organizátora

Stravovanie: - pitný režim všetkých účastníkov na náklady organizátora /hráči+tréneri/
/minerálka, čaj, káva/
- 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/
Záverečná správa musí obsahovať okrem iného aj údaj o účasti na kempe za jednotlivé dni