

TRÉNINKOVÝ PROGRAM

18. 7. - 22. 7. 2016

Ovládání míče: základy, první dotek, kontrola apod.

Zpracování a přihrávání: individuální a týmové dovednosti

Hry malých a větších forem: hra 1:1, 2:2, 4:4 atd.

Individuální dovednosti: výběr místa, náběhu a střely

Rychlost: mentální, fyzická, s míčem i bez míče. Reakce, zrychlení, rozhodování

Úspěch: efektivně používat naučené dovednosti při hře

Hra: cíl po ztrátě míče, získat co nejrychleji míč zpět

Koordinace, rozvoj síly vlastním tělem

Soutěže: různé s míčem a bez míče

Hry pomocné: nohejbal, stolní tenis apod., pro menší hry zábavné.

Časový harmonogram

8:00	Sraz U Cinků
8:00-8:30	Příprava a ukázka video
8:30-9:30	Trénink
9:30-10:30	Přestávka, svačina
10:30-11:30	Trénink
11:30-12:00	Přednáška, video
12:00-13:00	Oběd
13:00-13:30	Příprava na trénink
13:30-14:30	Trénink
14:30-16:00	Přestávka, svačina, zábava, video
16:00-17:00	Turnaj
17:00-17:10	Odjezd domů

Cena je 1850,- Kč/dítě

Platba hotově před na začátkem konání příměstského tábora.

V ceně jsou zahrnuty: obědy, pitný režim, svačiny, trenéři.

Povinné vybavení:

Oblečení - vždy podle počasí, hygienické potřeby (mýdlo, ručník) plavky, náhradní oblečení, pantofle.

Každé dítě obdrží lahev na pití při zahájení tábora a po jeho ukončení diplom.

Hlavní trenér: Jiří Veselý

trenér UEFA B licence a Coerver coaching (asistent)

kontakt: tel.: 724 963907, e-mail: vesely.trener82@seznam.cz

Trenér : Luboš Král

kontakt: tel.: 608779506, e-mail: kral.lubos@seznam.cz

Přihlášky :

posílejte do 30. 6. 2015 na e-mail vesely.trener82@seznam.cz

jirina.michovska@ledcice.cz

Závazná přihláška na dětský fotbalový příměstský tábor

Jméno Příjmení: **Rodné číslo:**

Obec: **Ulice:** **č.p.:**

Kontakty na rodiče/zákonné zástupce dítěte:

telefon **e-mail**

Věk účastníka v době konání tábora :

Zdravotní omezení (alergie, astma, apod.)

.....

Termín konání letního fotbalového tábora: 18. 7. 2016 -22. 7. 2016

Podpis rodičů/zákonných zástupců

Toto prohlášení může být po dohodě upraveno, ať u doktora neplatíte

----- níže uvedené vyjádření lékaře po skončení kempu vrátíme zpět -----

Posudek o zdravotní způsobilosti dítěte

Jméno a příjmení posuzovaného dítěte

datum narození adresa místa trvalého pobytu

Část A) Posuzované dítě k účasti na zotavovací akci nebo škole v přírodě

- a) je zdravotně způsobilé
- b) není zdravotně způsobilé
- c) je zdravotně způsobilé za podmínky (s omezením)

Část B) Potvrzení o tom, že dítě

- a) se podrobilo stanoveným pravidelným očkováním ANO – NE
- b) je proti nákaze imunní (typ/druh).....
- c) má trvalou kontraindikaci proti očkování (typ/druh).....
- d) je alergické na
- e) dlouhodobě užívá léky (typ/druh, dávka).....

Posudek je platný 12 měsíců od data jeho vydání, pokud v souvislosti s nemocí v průběhu této doby nedošlo ke změně zdravotní způsobilosti.

Datum vydání posudku

podpis, jmenovka lékaře

razítko zdrav. zařízení