

PLÁN

zimného lyžiarskeho sústreďenia 2015

členov KP AQUACITY Poprad

Miesto: Štrbské Pleso
Termín: 02.01.2015 - 07.01.2015

Zraz vždy o 8,00 h. vo vestibule železničnej stanice Poprad Tatry alebo o 10,00 h. v Areáli snov pod mostíkmi, pred požičovňou Crystal SKI na Štrbskom Plese.

Odchod električky z Popradu: 08:37 h.

Výcvik organizovaný našimi trénermi v behu na lyžiach a naberanie kondície vo vysokohorských podmienkach bude trvať cca 4 cvičebné hodiny s prestávkami a s obedňajšou prestávkou, kde bude poskytnutý kompletný teplý obed a nápoj v zariadení Toliar.

Odpoludnia plánovaný návrat električkou zo Štrbského plesa s **odchodom o 15:21 hod.** s príchodom do Popradu 16:26 hod.

Predpokladané náklady (časť mzdy trénerov /časť hradí KP, obedy, nevyhnutné technické zabezpečenie, ceny v súťaži a pod.) sú **45,- €**. V nákladoch nie sú náklady na cestu, cestovný lístok si kúpi každý sám (cenovo najvýhodnejší je týždenný lístok), príp. sa dopraví (rodičmi) na Štrbské Pleso individuálne.

Termín prihlásenia u trénera je **17.12.2014** a pokyny trénerská rada vydá do **21.12.2014**.

Úhradu **45,-€** je potrebné poslať na účet KP **2879718556/0200** so správou poplatok za sústreďenie a meno dieťaťa **do 31.12.2013**. Platbu v hotovosti klub neakceptuje!

Poznámka: Ak na Štrbskom Plese nebudú do 2.1.2015 vhodné snehové podmienky, uskutoční sa 2.1.2015 turistická vychádzka v okolí Štrbského Plesa (napr. k vodopádu Skok) s nástupom ráno ako je v pokynoch. Ak si niekto zoberie lyže, odloží si ich v úschovni v Poprade alebo v sklade Crystal Ski na Štrbskom Plese.

Vedúca sústreďenia v prípade pretrvávajúcich nevhodných snehových podmienok v priebehu prvého dňa oboznámi účastníkov sústreďenia s alternatívnym programom. Aj počas alternatívneho programu bude pre účastníkov zabezpečený obed v priebehu celého sústreďenia.

Zimné sústreďenie je v prvom rade zamerané na získanie fyzickej zdatnosti a kondície plavcov a teda bude celé alebo aspoň jeho väčšia časť prebiehať v prírodných vysokohorských podmienkach.

Každý účastník si poistenie proti úrazu, následkom úrazu, stratu osobných vecí počas sústreďenia zabezpečuje sám podľa vlastného uváženia.

V Poprade dňa 11.12.2014

Silvia Závatská
vedúca sústreďenia



Ing. Martin Králik
manažér KP