



MEZINÁRODNÍ LETNÍ ŠKOLA KRASOBRUSLENÍ OSTRAVA 2021 INTERNATIONAL FIGURE SKATING SUMMER SCHOOL OSTRAVA 2021

XXIII. ročník, Místo konání: RT Torax Aréna, Čkalovova 6144/20, Ostrava-Poruba, www.skateostrava.eu, zidekstanda@seznam.cz
XXIII. years, Venue: RT Torax Aréna, Čkalovova 6144/20, Ostrava-Poruba, www.skateostrava.eu, zidekstanda@seznam.cz

MEZINÁRODNÍ LETNÍ ŠKOLA KRASOBRUSLENÍ, OSTRAVA 2021

Termín konání: I. cyklus: 19. 7. - 24. 7. 2021
II. cyklus: 26. 7. - 31. 7. 2021
Místo konání: RT Torax Aréna, Čkalovova 6144/20, 708 00 Ostrava-Poruba, www.sareza.cz

Ubytování: Organizátor zajišťuje pouze ubytování dle kapacity ubytovacího zařízení v

HOTEL SAREZA *** (součástí Multifunkčního areálu SAREZA)

Dle zkušeností z minulého roku si účastníci úspěšně zajišťovali ekonomicky výhodné ubytování sami především v:

HOTEL PULS*** (Ruská 3077/135, 700 30 Ostrava-Zábřeh)

Clarion Congress Hotel **** (Zkrácená 2703, 700 30 Ostrava-Zábřeh) (dvoulůžkové pokoje, třílůžkové výjimečně), www.clarioncongresshotelostrava.com/cs

PENZION PORUBA (Skřivánek)*** (Opavská 89/115, 708 00 Ostrava-Pustkovec)

Veškerá ubytovací zařízení mají k dispozici Wi-Fi.

Organizační vedoucí a trenér: Stanislav Židek

Hostující zahraniční trenér: Vladimír Dvojníkov

Technika bruslení: Matěj Novák

Realizační tým zkušených odborníků:

Pohybová, taneční příprava: Libor Hlaváček (jako host pak Patrick Ulman),

Kondiční a gymnastická příprava: Alena Coufalová, Šárka Cenková

Kompenzační cvičení: Šárka Cenková a kolektiv

Masáže: Roman Sýkora x Bernard Baránek

Zdravotní zabezpečení: RZP – RESCUE Ostrava

Cena:	Skupina A =	5.300,- Kč	(pouze tréninková činnost)
		11.000,- Kč	(vč. ubytování v Hotelu SAREZA a plné penze ve VIP na RT Torax Aréně)
			(senioři a top junioři)
	Skupina B =	4.200,- Kč	(pouze tréninková činnost)
		9.900,- Kč	(vč. ubytování v Hotelu SAREZA *** vč. plné penze ve VIP na RT Torax Aréně)
			(junioři + žáci, top mladší žáci)



MEZINÁRODNÍ LETNÍ ŠKOLA KRASOBRUSLENÍ OSTRAVA 2021 INTERNATIONAL FIGURE SKATING SUMMER SCHOOL OSTRAVA 2021

XXIII. ročník, Místo konání: RT Torax Aréna, Čkalovova 6144/20, Ostrava-Poruba, www.skateostrava.eu, zidekstanda@seznam.cz
XXIII. years, Venue: RT Torax Aréna, Čkalovova 6144/20, Ostrava-Poruba, www.skateostrava.eu, zidekstanda@seznam.cz

Skupina C = 3.600,- Kč (pouze tréninková činnost)
9.300,- Kč (vč. ubytování v Hotelu SAREZA* a plné penze ve VIP na RT Torax Aréně)**

(nejmladší žáci, nováčci a mladší)

Cena pro trenéry, doprovod:

4.300,- Kč ubytování v Hotelu SAREZA* + snídaně (***) – v 1/2 pokoji**

Extra obědy nebo večeře na celý cyklus:

800,- Kč obědy nebo večeře v 1 cyklu / 1 os.

Obědy jsou zajišťovány na celý cyklus, ne na jednotlivé dny. (Jinak možnost stravování formou menu v Restauraci AURA SAREZA).

VEŠKERÉ UVEDENÉ CENY JSOU ZA 1 TRÉNINKOVÝ CYKLUS.

V ceně akce je zahrnuto:

1) Skupina A

- 2 - 3x denně ledová plocha (dle rozpisu)
- denně společná technika bruslení a elementů v dopoledním bloku
- trénink na suchu zaměřený především na pohybovou a taneční přípravu, dále gymnastika, tonizační a strečinková cvičení (masáž dle potřeby v ceně)
- pro případ ubytování (vždy od ne do so – 6 nocí), plná penze (platí pouze pro objednané)

2) Skupina B + C

- v průměru 2x denně ledová plocha (skupina B ve dvou dnech 3x, skupina C - jednou 3x)
- denně společná technika bruslení a elementů v dopoledním bloku
- trénink na suchu obdobný v rozsahu skupiny A, stejně tak i možnost masáže v ceně
- ubytování, plná penze (viz podmínky skupina A)

Příjezd, odjezd všech účastníků a skupin:

- příjezd - vždy v neděli před zahájením tréninkového cyklu od pondělí (pouze pro ubytované)
- podrobný časový rozpis bude zaslán přihlášeným účastníkům v dostatečném předstihu
- odjezd - v sobotu, po ukončení tréninků příslušné skupiny v daném cyklu (pro ubytované vč. celodenního stravování se zahajuje večeří v neděli a končí obědem v sobotu)

Organizační pokyny:

- **upozorňujeme, že nejsou zahrnuty náklady na vlastního trenéra (lekcovné a další výlohy)**
- pro účastníky v obou cyklech, **je nezbytné uhradit ubytování ze soboty na neděli (tzn. navýšit platbu o 700,- Kč pro Hotel SAREZA***/1 osobu)**
- **v případě neúčasti vlastního trenéra daného závodníka, je nutno domluvit předem s vedoucím letní školy (uvést rovněž v mailu)**



MEZINÁRODNÍ LETNÍ ŠKOLA KRASOBRUSLENÍ OSTRAVA 2021 INTERNATIONAL FIGURE SKATING SUMMER SCHOOL OSTRAVA 2021

XXIII. ročník, Místo konání: RT Torax Aréna, Čkalovova 6144/20, Ostrava-Poruba, www.skateostrava.eu, zidekstanda@seznam.cz
XXIII. years, Venue: RT Torax Aréna, Čkalovova 6144/20, Ostrava-Poruba, www.skateostrava.eu, zidekstanda@seznam.cz

Přihlášky:

- **zasílejte elektronicky nejpozději do 29. 5. 2021 na adresu:**
zidekstanda@seznam.cz
(v kopii na radmila.vyskocilova@seznam.cz)

Vzhledem k omezenému počtu sportovců ve skupinách, bude případné zařazení účastníka probíhat dle data přijetí přihlášek.

V přihláškách prosím uvádějte, z důvodu identifikace bankovních plateb, jméno závodníka i datum narození.

platbu proved'te nejpozději do 20. 6. 2021 (veškeré bankovní poplatky hradí plátce!)

- *pro účastníky z ČR*

ČSOB, a. s., pobočka Ostrava, Hollarova 5

Číslo účtu: 376 233 013 / 0300, variabilní symbol: datum narození (v textu uvést jméno účastníka)

- *pro účastníky ze Slovenska a jiných států (hradí se v CZK ve stanovené výši)*

IBAN: CZ38 0300 0000 0003 7623 3013

SWIFT: CEKOCZPP

ČSOB a.s., Ostrava

CZECH REPUBLIC

Stanislav Židek, Zámecká 104 / 8, 733 01 KARVINÁ

Platby hotově: lze provést zcela výjimečně po předchozí dohodě s vedoucím akce u ekonomky MLŠ nejpozději před zahájením akce.

Kontakt na vedoucího akce:

Ing. Stanislav Židek
Mobil: +420 603 211 675
E-mail: zidekstanda@seznam.cz

Zdravotní pojištění:

Účastníci přihlášením na tuto akci berou na vědomí, že v ceně není zahrnuto pojištění a pořadatel nezodpovídá za možná zranění. Každý účastník **musí** mít s sebou zdravotní pojištění uzavřené u některé z pojišťoven, které je platné na území ČR.

Účast na této akci je na vlastní nebezpečí.