

Letní zdravotní florbalový kemp MH 2017

Stále váháte kam dát své děti na prázdniny? Využijte náš kemp, kde se děti kromě sebezdokonalení v jejich oblíbené hře přiučí i něco o svém těle a naučí se s ním lépe pracovat z hlediska jejich správného vývoje. Neváhejte a přihlašte se na kemp na tel. čísle 739 090 293, nebo na mailu matoushrdlicka@seznam.cz.

Kdy? 31. 7. - 4. 8. 2017
Kde? Štáhlavy, SH
Pro koho? Pro mládež ve věku 10 - 15 let.
Začátek? V pondělí 31.7. v 15:00, strava začíná svačinou
Konec? V pátek 4.8. v cca 16:00, strava končí obědem

Cena 2 900 Kč.-

Florbalový kemp se zaměřením na rozvoj schopností, především rychlosti a obratnosti, na nácvik herních činností jednotlivce a velký důraz během kempu bude na zdravotní stránku našeho milovaného sportu. Kompenzace postavená na míru (podle somatotypu, postu, držení hole).

Patronem kempu je šéftrenér klubu FBŠ Plzeň Matouš Hrdlička, který celý kemp povede. Jeho desetiletá trenérská praxe spolu s vysokoškolským vzděláním v oboru tělesné výchovy je zárukou kvality kempu. Spolu s trenéry a odbornými asistentkami pro Vaše děti připraví kemp plný florbalu, her a zdravotního tělocviku (kompenzace min. 2 jednotky denně).

Cílem bude nejen děti zlepšit z pohledu herního rozvoje, ale také z pohledu odpovědnosti vůči sobě samým. Naučí se základní cviky na kompenzaci své nerovnoměrné zátěže.

Věci s sebou: sportovní soustředění, tzn. věci na sportování ven, do TV, věci na spaní (spacák), osobní hygienu, dobrou náladu a hokejku 📱📺📺

Denně 5 krát jídlo, pitný režim zajištěn.

Nocleh zajištěn v přilehlé sokolovně - karimatka, spacák.

