



Příměstský hokejový kemp Hvězda

3.7.–7.7.2023, ZS Hvězda Praha



Dobrý den,

níže vám posíláme základní informace k pořádání VIII. ročníku příměstského hokejového kempu Hvězda konaného **3.7. -7.7. 2023 na ZS Hvězda Praha.**

V pondělí **3.7.2023** vás očekáváme na zimním stadionu HVĚZDA PRAHA (ul. Na Rozdílu 752/1, Praha 6) **v 9:00 hod.** Vašeho hokejistu si převezmeme ihned po příjezdu, jen vás požádáme o předání určených dokumentů*. V průběhu každého dne kempu nás čekají dva tréninky na ledě (vždy dopoledne a odpoledne) a minimálně jeden trénink na suchu na venkovním hřišti popř. v tělocvičně. Celodenní tréninkový proces bude ukončen kolem 16:30 hod, s tím, že si děti od této hodiny budete moci vyzvednout, nejpozději však **do 17:00 hodin.**

Tematická zaměření jednotlivých dnů:

Pondělí 3.7. Technika bruslení, Koordinační a obratnostní bruslení / Brankáři -základní průprava

Úterý 4.7. Technika hole, Návčik vedení puku, Nahrávky a zpracování puku

Středa 5.7. Stabilita při bruslení, Rovnovážné situace, Technika soubojů a používání těla ve hře

Čtvrtek 6.7. Technika a návčik střelby se zaměřením i na brankáře, Návčik způsobů zakončení, Hra

Pátek 7.7. Návčik herních situací, Hra na malém prostoru, Dovednostní soutěže, Hra

Všechny cvičení budou v malých skupinách, rozdělených s přihlédnutím k věku a dovednostní úrovni dětí. Brankáři budou mít v určené dny svoji samostatnou skupinu a pravidelně budou začleňováni do jednotlivých cvičení. Budeme klást důraz na individuální přístup se zábavnou formou.

CO S SEBOU: Kompletní hokejovou výstroj, 2 x hokejku, tenisák, švihadlo, florbalovou hůl, sportovní oblečení a kvalitní obuv na ven i do tělocvičny, hygienické potřeby, plastovou láhev na pití. Veškeré oblečení a vybavení doporučujeme podepsat!

CO NEBRAT: Žádnou elektroniku a cennosti. Nedoporučujeme ani žádné dobroty.

STRAVOVÁNÍ: Zajištěno v restauraci přímo na zimním stadionu. Bude připravena kvalitní vyvážená strava a pitný režim.

ŠATNA: Po celou dobu kempu budeme mít k dispozici samostatnou šatnu.

PLATBA: Tímto vás požádáme o včasnou úhradu částky ve výši 6.000,-Kč na účet č.: 578176053/0800, případně částky ponížené o uhrazenou zálohu nejpozději jeden měsíc před zahájením kempu. Jako variabilní symbol uvádějte prvních šest čísel rodného čísla vašeho dítěte.



Příměstský hokejový kemp Hvězda

3.7.–7.7.2023, ZS Hvězda Praha



REGISTRACE: přes registrační formulář na www.hokej-kempy.cz

*DOKUMENTY: Při výše uvedeném srazu 3.7.2023 budeme požadovat předání potvrzení o zdravotní způsobilosti, evidenční list, bezinfekčnost (všechny příslušné tiskopisy najdete v odkazu Hokejový kemp-Dokumenty na www.hokej-kempy.cz) a kopii kartičky zdravotní pojišťovny.

INFORMACE: Do zahájení kempu budeme s vámi v kontaktu a všechny novinky vám budeme průběžně zasílat. V případě dalších dotazů nás neváhejte kontaktovat.

Budeme se na vás těšit.

Za celý realizační tým

Libor Rambousek