

SOUSTŘEDĚNÍ ROUSÍNOV

- Místo:** SOŠ a SOU nábytkářské Rousínov
Tyršova 16, Rousínov
- Sraz:** **PONDĚLÍ 16.8. 2010 v 10 hodin před školou v Rousínově**
na tréninkách v srpnu se domluvíme na trošku koordinované dopravě,
aby nejel zbytečně každý sám
- Ubytování:** **domov mládeže** (místo stejné jako škola)
- Strava:** **Restaurace Záložna – oběd, večeře** (tak jako loni 200m od školy)
snídaně, 2 večeře, pitný režim připravuje trenér – myslím že se loni osvědčilo
začínáme v pondělí 16.8. obědem, poslední jídlo v sobotu 21.8. večeře
- Cena:** **2.700,-Kč** (ubytování, strava, tělocvična, ostatní drobné výdaje)
pokud dostaneme od oddílu příspěvek na soustředění, tak se částka sníží o 200-300Kč
- Návrat:** **SOBOTA 21.8. 2010 ve 20 hodin** (zase individuální odvoz z Rousínova)
- Co sebou:** **bude napsáno na internetových stránkách** (jako na každé soustředění)

ÚČAST VŠECH HRÁČEK NA SOUSTŘEDĚNÍ NUTNÁ – jinak nemůžeme uspět v žákovské lize

- 26.07. - 08.08.** **individuální fyzická příprava každé hráčky**
(podrobnosti budou na internetu, můžete dělat kdekoli, stačí upravit
podle toho kde budete trávit prázdniny)
- 09.07. - 14.08.** **2x denně tréninky v Kyjově – fyzická příprava**
(uvidíme kdo na sobě individuálně pracoval)
9:00 – 11:00 první trénink
13:00 – 14:30 druhý trénink
- 16.08. - 21.08.** **soustředění Rousínov**
- 23.08. - 26.8.** **1x denně tréninky v Kyjově nebo zápasy s Lokomotiva Sereď**
(budou na soustředění v Kyjově)
- 27.08. - 29.8.** **turnaj TUBANAK v Kyjově (97,99)**
- 01.09.** **začínají tréninky v hale podle rozpisu**
- 11.09. - 12.09.** **1.kolo kvalifikace o ligu mladších zákyň**

podrobnosti k daným událostem budou zveřejněny také na internetových stránkách
www.jiskrakyjov.cz