

Vážené pani trénerky , páni tréneri a rodičia

Po predchádzajúcich skúsenostiach a pozitívnych ohlasoch sekcia diaľkového plávania SPF aj tento rok pripravuje letný kemp pre diaľkových plavcov , respektíve aj plavcov, ktorí majú záujem sa diaľkovému plávaniu venovať aj na otvorenej vode, ročník narodenia 2012 a starší.

4. ročník kempu diaľkových plavcov sa uskutoční v Piešťanoch, ktorý bude prebiehať **od 31. júla do 7. augusta**. Kemp sa zakončí Majstrovstvami SR v diaľkovom plávaní na 5km v Piešťanoch (vodná nádrž Sĺňava, 7.august).

Ubytovanie – Pension Hellene Relax Club - <http://www.hellene.sk/>

Strava - Pension Hellene Relax Club - plná penzia

Miesto tréningov - plávanie na bazéne v Adeli (25m) centre alebo Kúpalisku EVA (50m)
plávanie na jazere: Sĺňava alebo jazero Horná Streda

Tento kemp bude zameraný predovšetkým na:

- plávanie v režime rozvoja aeróbnej kapacity
- zdokonaľovanie techniky plávania na otvorenej vode
- zameranie na orientáciu vo vodnom prostredí
- plávanie v balíku
- prednášky na témy: výživa v športe, posedenie s mentálnym coachom

Predpokladaná cena kempu bude maximálne **430 EUR** / na vlastné náklady, eventuálne náklady domáceho klubu/.

V prípade záujmu prosím o záväzné prihlásenie plavcov najneskôr do 10.7. na emailovú adresu:

tomas.vachan@gmail.com

Vzhľadom k obmedzenému počtu budú prednostne zaradení plavci so skorším dátumom prihlásenia.

Trénerské obsadenie: kvalifikovaní tréneri diaľkoplaveckej reprezentácie

Radoslav Suchánek, Tomáš Vachan

Sekcia DP