

Termíny soustředění a závodů lyžařů Ski klubu Šumava - SpS (víceleté gymn.) a SG SPP v období podzim 2010

termín	místo	tr. skupiny	specifikace, zaměření	kapacita	cena/os.	den
1.9.	Zahajovací tréninky SpS a SG	10:30 SpS/13:30 SG a SpS A-Stein				
4.-5.9.	MČR kolečkové lyže, Liberec	SG Steinbach, SCM	KL, běh družstvo dle nominace	8	500,-	PÁ-NE
8.9.	Shůzka s rodiči svěřenců SG, SpS 6.-9. třída či víceleté gymn.		Restaurace Vodník, po závodech cca 17:15			ST
8.9.	Tam - Sem I. Vodník	SG, SpS, víceleté gymn.	přípravný závod - kolečkové brusle/1995 a st. KL	všichni	0	ST
11.9.	Nábor do Ski klubu, Vodník	1.-9. třídy ZŠ	soutěže děti, informace rodiče			SO
12.9.	Běh do vrchu Vodník	SG, SpS, víceleté gymn.	výběh	všichni	0	NE
14.9.	nábor Skiraplé Hoštice		Steinbach, Pavlásek			ÚT
15.9.	Tam - Sem II. Vodník	SG, SpS, víceleté gymn.	přípravný závod - opak. výběhy	všichni	0	ST
16.-19.9.	Soustředění Ovesná	SG-Steinbach, sk. a SpS	běh, kolo, imitace, síla, hry, teambuilding..	15	700	ČT-NE
16.-25.9.	Soustředění Livigno	SG-Pavlásek, sk. SpS dle nominace trenéra		8	3.500,-	ČT-SO
22.9.	Tam Sem III. Vodník	SG, SpS, víceleté gymn.	přípravný závod - kros	všichni	0	ST
28.9.	Kros Hajná Hora	všichni	přípravný závod - kros	všichni		ÚT
2.- 3.10.	Sraz SpS - Karlovy Vary	výběr SpS a víceleté gymn.	kros, hry	dle nominace	200,-	PÁ-NE
9.-10.10.	Sraz SCM Jablonec	K. Mondlová plus výběr			200,-	PÁ-NE
12.10./14.10.	Funkční vyšetření CASRI Praha	12.10.-sk.A SpS 14.10.-SG Steinbach			400,-	ÚT/ČT
16.-23.10.	VT Ramsau, Dachstein	výběr SG-Steinb, sk. A SpS	kol. lyže, běh, imitace, hry, posilování, lyže	15	3.500,-	SO-SO
27.-31.10.	VT Kubova Huť	SpS a SG všichni	imitace, kol. lyže, síla, hry, regenerace, běh		1.000,-	ST-NE
7.11.	Brigáda - Vodník, příprava areálu	všichni	příprava běžeckého lyžařského areálu na sezónu			NE
9.-11.11.	Fasování lyží SG/SpS	9.11.SG/10.11.SpS A/11.11 SpS B				ÚT-ČT
16.- 21.11.	VT Srní	výběr SG Stein a sk. A	imitace, běh, KL (klas/sk), posilování, hry a rege.	16	1.200,-	ÚT - SO
25.11.-5.12.	VT první sníh Rakousko/Itálie	výběr SG klub a sk. A SpS	lyže, posilování, běh	8	4.000,-	ČT-NE
10.- 12.12.	ČP H. Misečky	SG st.dorost a starší			500,-	PÁ-NE
13.-18.12.	Zadov-Olympie, povinný VT SpS	všichni SpS, SG	lyžařská technika, vytrvalost, obratnost na sněhu	40	1.800,-	PO-SO

Předběžná nominace na soustředění:

Testy SCM, SG: Mondlová plus 3 dle nominace vedoucího trenéra

Sraz SpS: Hojdekr, Kobr, Hudečková, Klementová, Předota, Švejda, Paštiková, Grabmüllerová, na divodkou kartu dle nominace trenéra Váchová/Petrmichlová

Soustředění Ovesná: SG Steinbach (7x), SpS sk.A - Předota, Švejda, Paštiková, Grabmüllerová, Petrmichlová

VT Ramsau: 16 (Steinbach + asistent + kuchař)

SG Steinbach 7x + 6 x SpS na základě nominace trenéra (Klementová, Petrmichlová, Předota, Grabmüllerová, Paštiková, Švejda, Hůlovcová)

Soustředění Srní:

SG Steinbach + SpS sk.A Hůlovcová, Klementová, Petrmichlová, Předota, Předotová, Grabmüllerová, Paštiková, Švejda

Soustředění Kubova Huť: SpS od 24.10, sk. SG Steinbach a sk. SpS A. od 27.10.

všichni SG a SpS

1. sníh:

dle nominace trenéra

Termíny soustředění a závodů lyžařů Ski klubu Šumava - SpS (víceleté gymn.) a SG SPP v období podzim 2010

termín	místo	tr. skupiny	specifikace, zaměření	kapacita	cena/os.	den
1.9.	Zahajovací tréninky SpS a SG	10:30 SpS/13:30 SG a SpS A-Stein				
4.-5.9.	MČR kolečkové lyže, Liberec	SG Steinbach, SCM	KL, běh družstvo dle nominace	8	500,-	PÁ-NE
8.9.	Shůzka s rodiči svěřenců SG, SpS 6.-9. třída či víceleté gymn.		Restaurace Vodník, po závodech cca 17:15			ST
8.9.	Tam - Sem I. Vodník	SG, SpS, víceleté gymn.	přípravný závod - kolečkové brusle/1995 a st. KL	všichni	0	ST
11.9.	Nábor do Ski klubu, Vodník	1.-9. třídy ZŠ	soutěže děti, informace rodiče			SO
12.9.	Běh do vrchu Vodník	SG, SpS, víceleté gymn.	výběh	všichni	0	NE
14.9.	nábor Skiraplé Hoštice		Steinbach, Pavlásek			ÚT
15.9.	Tam - Sem II. Vodník	SG, SpS, víceleté gymn.	přípravný závod - opak. výběhy	všichni	0	ST
16.-19.9.	Soustředění Ovesná	SG-Steinbach, sk. a SpS	běh, kolo, imitace, síla, hry, teambuilding..	15	700	ČT-NE
16.-25.9.	Soustředění Livigno	SG-Pavlásek, sk. SpS dle nominace trenéra		8	3.500,-	ČT-SO
22.9.	Tam Sem III. Vodník	SG, SpS, víceleté gymn.	přípravný závod - kros	všichni	0	ST
28.9.	Kros Hajná Hora	všichni	přípravný závod - kros	všichni		ÚT
2.- 3.10.	Sraz SpS - Karlovy Vary	výběr SpS a víceleté gymn.	kros, hry	dle nominace	200,-	PÁ-NE
9.-10.10.	Sraz SCM Jablonec	K. Mondlová plus výběr			200,-	PÁ-NE
12.10./14.10.	Funkční vyšetření CASRI Praha	12.10.-sk.A SpS 14.10.-SG Steinbach			400,-	ÚT/ČT
16.-23.10.	VT Ramsau, Dachstein	výběr SG-Steinb, sk. A SpS	kol. lyže, běh, imitace, hry, posilování, lyže	15	3.500,-	SO-SO
27.-31.10.	VT Kubova Huť	SpS a SG všichni	imitace, kol. lyže, síla, hry, regenerace, běh		1.000,-	ST-NE
7.11.	Brigáda - Vodník, příprava areálu	všichni	příprava běžeckého lyžařského areálu na sezónu			NE
9.-11.11.	Fasování lyží SG/SpS	9.11.SG/10.11.SpS A/11.11 SpS B				ÚT-ČT
16.- 21.11.	VT Srní	výběr SG Stein a sk. A	imitace, běh, KL (klas/sk), posilování, hry a rege.	16	1.200,-	ÚT - SO
25.11.-5.12.	VT první sníh Rakousko/Itálie	výběr SG klub a sk. A SpS	lyže, posilování, běh	8	4.000,-	ČT-NE
10.- 12.12.	ČP H. Misečky	SG st.dorost a starší			500,-	PÁ-NE
13.-18.12.	Zadov-Olympie, povinný VT SpS	všichni SpS, SG	lyžařská technika, vytrvalost, obratnost na sněhu	40	1.800,-	PO-SO

Předběžná nominace na soustředění:

Testy SCM, SG: Mondlová plus 3 dle nominace vedoucího trenéra

Sraz SpS: Hojdekr, Kobr, Hudečková, Klementová, Předota, Švejda, Paštiková, Grabmüllerová, na divodkou kartu dle nominace trenéra Váchová/Petrmichlová

Soustředění Ovesná: SG Steinbach (7x), SpS sk.A - Předota, Švejda, Paštiková, Grabmüllerová, Petrmichlová

VT Ramsau: 16 (Steinbach + asistent + kuchař)

SG Steinbach 7x + 6 x SpS na základě nominace trenéra (Klementová, Petrmichlová, Předota, Grabmüllerová, Paštiková, Švejda, Hůlovcová)

Soustředění Srní:

SG Steinbach + SpS sk.A Hůlovcová, Klementová, Petrmichlová, Předota, Předotová, Grabmüllerová, Paštiková, Švejda

Soustředění Kubova Huť: SpS od 24.10, sk. SG Steinbach a sk. SpS A. od 27.10.

všichni SG a SpS

1. sníh:

dle nominace trenéra