

SUPER STARS MOST



1.-8.srpna 2009



**HORSKÁ CHATA
BARBORKA**

XI. LETNÍ SOUSTŘEDĚNÍ

HORNÍ MALÁ ÚPA 2009



XI. LETNÍ SOUSTŘEDĚNÍ

HORNÍ MALÁ ÚPA 2009

Druhou desítku letních soustředění zahajujeme v novém prostředí. Pro první část letní přípravy, která bude již tradičně zaměřena na fyzickou připravenost, jsme pro vás vybrali horské prostředí Krkonoš. Horní Malá Úpa se nachází na hranicích s Polskem, šest kilometrů od nejvyšší hory České republiky v nadmořské výšce 975 m. Trénink ve vyšší nadmořské výšce pozitivně působí na zlepšení tělesné výkonnosti sportovce. Ubytování je zajištěno v horské chatě Barborka, která bude po celou dobu soustředění sloužit pouze badmintonistům Super Stars Most. Stravování bude zajištěno ve 150 m vzdálené chatě Lesní Zátíší. V chatě nechybí společenská místnost s televizí. Tréninky fyzické kondice budou probíhat v okolním horském prostředí a místním sportovním centru, kde bude zajištěna i potřebná relaxace. Chybět nebude ani zajímavý výlet na nejvyšší vrchol České republiky Sněžku a na safari ve Dvoře Králové.

INFORMACE:

- termín:** 1.-8.srpna 2009
- ubytování:** horská chata Barborka, vícelůžkové pokoje, kvalitní sociální zařízení, společenská místnost, televize
- stravování:** plná penze v chatě Lesní zátíší
- tréninky:** horské prostředí Krkonoš a sportovní centrum Horní Malá Úpa
- trenér:** Lukáš Kroc, trenér II.třídy
- výlet:** pěší výlet na Sněžku (1.602 m.n.m.) a výlet na safari ve Dvoře Králové (vstupné není v ceně)
- kapacita:** kapacita soustředění je omezena na třidvacet účastníků, přednost bude dána dříve přihlášeným hráčům a hráčkám, kteří absolvují kompletní letní přípravu
- cena:** 2.950,- Kč (záloha 1.000,- Kč do 28.února 2009, doplatek 1.900,- Kč do 15.dubna 2009), peníze je nutné převést v daném termínu na účet klubu
- odjezd:** sobota 1.srpna 2009, v 8.00 hodin, autobusem z parkoviště před Sportovkou (Bowling)
- příjezd:** sobota 8.srpna 2009, v 19.00 hodin, autobusem na parkoviště před Sportovkou (Bowling)
- s sebou:** sportovní oblečení do každého počasí i do tělocvičny, hygienické potřeby, raketa, plavky,

SUPER STARS MOST

ul.V.Nezvala 2491
434 01 Most

telefon: (+420) 732 931 378

fax: (+420) 417 639 241

e-mail: Super.Stars@centrum.cz

www stránky: www.super-stars.karneval.cz

**všichni zdražují, my zlevňujeme
přesto zkvalitňujeme služby
letos o 250,-Kč levněji, navíc doprava autobusem až na místo**

