

2010

JIZERKA

**camp státní
representace**

každoroční výcvikový
camp státní
representace vedený
reprezentačním
trenérem ČSKe a jeho
asistenty

přihlašte se do
konce března 2010 a
získáte 400,- Kč
slevu



LETNÍ CAMP STÁTNÍ REPRESENTACE

tradiční letní soustředění státní reprezentace Českého svazu karate v osadě Jizerka v Jizerských horách, vedené reprezentačním trenérem a jeho asistenty.

Český svaz karate společně s TJ Bižuterie, o.s., KABU Jablonec nad Nisou a TJ Kovo Praha, pořádají letní výcvikový camp, zaměřený na přípravu sportovců nejen státní reprezentace pro nadcházející Mistrovství světa a závodní sezónu 2010/2011.

Letní camp bude probíhat za účasti členů širšího výběru státní reprezentace, jak juniorských, tak seniorských kategorií. Povede jej reprezentační trenér Českého svazu karate, Ondra Musil, společně se svými asistenty, Ivou Keslovou, Jarkem Musilem a Petrou Pecekovou. Letošním zvláštním hostem pak bude MUDr. Martin Čulén, slovenská legenda karate.

Třířázové tréninky, budou zaměřeny jak na obecnou, tak na speciální přípravu a budou probíhat střídavě jak v exteriéru Jizerských hor, tak v supermoderní tělocvičně, která bude za laskavého přispění TJ Bižuterie, o.s., oddílu KABU Jablonec nad Nisou vybavena tatami, lapami a dalšími pomůckami pro přípravu k tak náročnému sportu, kterým karate bezesporu je.

Letní soustředění Jizerka má již dlouholetou tradici, kdy Jizerka 2010 je 18tým

pokračováním úspěšného cyklu, kterého se za dlouhá léta zúčastnili bojovníci z celého světa. Mezi jména, která vedla letní camp patří Steve Rowe, Brian Stockwell, Russel Stutely, Franz Braun a další. Pravidelně se jej také účastnili Mistři Evropy a Světa WKF i WKC.

V roce 2010 se za laskavého přispění Českého svazu karate povedlo, oproti létům minulým srazit cenu soustředění dolů a to bez nutnosti snižovat časovou dotaci určenou pro trénování i regeneraci. Pro ty z Vás, kteří budou dostatečně rychlí navíc čeká sleva v podobě 400,- Kč (pro více informací prosím čtěte dále). To vše znamená, že účastník z let minulých může ušetřit až 900,- Kč oproti předchozím ročníkům.

Neváhejte a přijďte trénovat s českou špičkou karate na úpatí kopce Bukovce do nejvýše posazené osady Čech.



Ondra Musil
reprezentační trenér ČSKe
SENI, největší světový veletrh bojových umění a sportů jej prohlásil za World Known Martial Artist (světoznámý bojovník).

ASISTENTI



Asistenti reprezentace

(první shora)
Iva Keslová
Jarek Musil
Petra Peceková

Zvláštní host

(druhý shora)
MUDr. Martin Čulén

Jizerka

(třetí shora)
krajina Jizerských Hor

ZÁZEMÍ LETNÍHO CAMPU

Letní camp je pořádán v malebné osadě uprostřed Jizerských hor. Osada Jizerka je daleko od civilizace a s počtem cca 6ti stálých obyvatel je jedním z neklidnějších míst v republice. V listopadu roku 2009 zde byla vyhlášena rezervace tmy a Jizerka je zároveň v centru Chráněné krajinné oblasti Jizerských Hor.

Všichni účastníci letního campu budou ubytováni v pokojích hotelového typu, ve dvou horských chatách a to Hotelu Panský Dům a chatě Pyramidě. Pokoje jsou rozděleny zejména po dvou a třech lůžkách, ale na žádost je možné bydlet i v osmilůžkovém pokoji. Všechny pokoje dosahují standardu *** hotelů.

O stravu během campu se stará šéfkuchař specializovaný na sportovní stravu, kdy jídelníček velmi pečlivě před zahájením campu probere s reprezentačním trenérem a dle jeho doporučení upraví.

Místní kuchyně bude každý den servírovat tři jídla: snídani, oběd a večeři. Snídaně bude formou švédského stolu. Oběd a večeře pak bude složena ze dvou chodů (polévky a hlavního jídla), kdy bude na výběru každého účastníka, jaký druhý chod zvolí (zpravidla jde o výběr z masového a bezmasého jídla).

Komplex manželů Dudových, který bude celý letní camp hostit je vybaven kromě hotelů

a restaurací i saunou, whirlpoolem a tělocvičnou. V okolí osady pak je řada cyklo- a běžeckých stezek, které budou využity na obecnou fyzickou přípravu.

Tréninky povede Ondra Musil, reprezentační trenér Českého svazu karate. 6. dan karate a mezinárodně uznávaný instruktor, který učil mimo jiné na seminářích v Japonsku, Singapuru a Velké Británii. Ondra byl na největším veletrhu bojových umění na světě, londýnské SENI, prohlášen za World Known Martial Artist (světoznámý bojovník). Společně s Ondrou povede další tréninky věčně usměvavá Iva Keslová asistentka trenéra pro kata a republiková odbornice na kata Shotokan. Iva je trenérkou a manažerkou úspěšného kata teamu ve složení Tesárek, Pilmann, Janda. Další vynikající odborník a asistent reprezentačního trenéra, Jarek Musil je republikovým expertem na kata Goju a Shitoryu. Jarek Musil je zároveň republikově a světově uznávaným rozhodčím, kdy byl prvním českým rozhodčím, který získal nejvyšší světovou licenci pro rozhodování kata. Jako poslední tým asistentů doplní Petra Peceková, mistryně Evropy WKF.

Pro letošní rok team trenérů doplní legenda slovenského karate MUDr. Martin Čulén.



Celková cena
7.000,- Kč

ZÁKLADNÍ DATA

Datum konání

Jizerka 2010 začíná v pátek 20.8.2010 večerním tréninkem (od 18:00 do 20:00), končí odpoledním tréninkem v neděli 29.8.2010 (cca kolem 19hod).

Cena campu

Jizerka 2010 stojí letos 7.000,- Kč, kdy cena zahrnuje ubytování, stravu, regenerace a poplatek za trénink. Pokud se přihlásíte a celou cenu Jizerky 2010 zaplatíte do konce března roku 2010, získáte slevu 400,- Kč na osobu z celkové ceny campu. Rozhodné datum pro připsání částky na účet pořadatele je 31.3.2010.

Přihlášení

Přihlášky prosím zasílejte na adresu robert@shikon.cz. Do přihlášky prosím uveďte Vaše jméno a příjmení, celou poštovní a e-mailovou adresu. Pro úplnost přihlášení pak prosím uveďte i datum narození, tak aby bylo možné zkontrolovat Vaše platby. Pro závaznost přihlášky pak je třeba společně s jejím odesláním převést částku ve výši 50% z celkové ceny Jizerky na číslo účtu uvedené dále v tomto letáku. Přihláška se stane závaznou datem připsání 50% celkové ceny Vašeho pobytu na shora označené číslo účtu.

Placení členové státní reprezentace se nejprve obrátí na reprezentačního trenéra - omusil@centrum.cz pro potvrzení, že jsou placenými členy reprezentace a poté potvrzení spolu s přihláškou přepošlou na mail robert@shikon.cz s dovětkem u přihlášky, že jsou placenými členy reprezentace.

Účet

peníze prosím převádějte na účet vedený u Raiffeisenbank, a.s., číslo účtu 1527393001/5500, do poznámky prosím uveďte jizerka - "a vaše jméno" a specifický symbol - datum vašeho narození ve formátu (ddmmrrrr)

Místo konání

osada Jizerka, obec Kořenov, okres Jablonec nad Nisou, Liberecký kraj. Na Jizerku se nejlépe dostanete po mezinárodní silnici číslo 14 z Tanvaldu do Harrachova, když na konci města Desná odbočíte směrem na Horní Polubný. Kdy u kostela v Horním Polubném už je cesta dostatečně značena.

Doprava na místo

Vzhledem k tomu, že se osada Jizerka nachází v chráněné krajinné oblasti Jizerských hor, je doprava na místo regulovaná místní úpravou, kdy je přísně zakázán vjezd do osady bez povolení obecního úřadu Kořenov. Pro vozy, které přiváží ubytované a nebo je odváží je povolen vjezd a 15min státní na území osady a to právě a pouze na nejnужnější vyložení zavazadel a ubytování se. Pro ubytované, kteří si chtějí vůz ponechat zaparkovaný před hotelem platí tzv. parkovací a povolovací polatek, splatný v recepci hotelu Panský Dům v den příjezdu.



**Přihlášky do
31.5.2010**

Vybavení

Vzhledem k tomu, že letní camp Jizerka je součástí letní a všeobecné přípravy, je třeba se vybavit jak na obecnou fyzickou (běžné sportovní oblečení a obuv na běhání), tak i na specifickou přípravu (kimono, chrániče, sálové boty atd.)

Více informací

V případě, že máte jakýkoliv dotaz, prosím neváhejte kontaktovat management Jizerky 2010 na kontaktech uvedených níže. Rádi poradíme a pomůžeme.

**Budeme se těšit nashledanou na
Jizerce 2010.**

Přihlášky

Přihlášky prosím zasílejte na adresu: robert@shikon.cz
zálohy a doplatky prosím posílejte na č. účtu:

1527393001/5500
do poznámky prosím uveďte
jizerka - "jméno účastníka"
jako specifický symbol uveďte:
datum narození účastníka (ddmmrrrr)

Cena

- přihlášky do 31.3.2010 - 6.600,- Kč
- přihlášky do 31.5.2020 - 7.000,- Kč

Osada Jizerka

www.dudovi.cz
[mapa](#)

JIZERKA 2010

20.-29. 8. 2010

osada Jizerka

Jizerské Hory

tel - 00420 777 321 603

info - robert@shikon.cz