



Letný hokejový camp HK '95 Považská Bystrica



HK'95 Považská Bystrica v spolupráci s rodičmi, pripravujú na leto 2017 pre Vás hokejový kemp

Termín: 23.7. - 28.7.2017

Miesto konania: Zimný štadión a Športový areál BRUMOV-BYLNICE (CZ)

Určený pre ročníky 2003-2006 (Mladší & Starší žiaci)



Na hokejovom kempu sa zameriame hlavne na herné zručnosti, na samotnú hru, útočnú i obrannú činnosť jednotlivcov aj celého tímu. Ďalej na zručnosti ako je technika korčuľovania, strelba a práca s pukom.

Predbežný program tréningového dňa:

- raňajky
- rozcvička (šprinty, rozvoj rýchlych vlákien, fit lopty, frekvenčné rebríky)
- ľad (powerskating, stickhandling, rozvoj hernej činnosti jednotlivca)
- kondičný tréning, práca s loptou
- obed
- aktívny odpočinok (psychotréning, strečing)
- ľad
- suchý tréning (stickhandling, tréning s balančnými pomôckami) , plaváreň
- večera
- večerný program

CENA: 260,-€ pre hráčov HK'95 Považská Bystrica

320,-€ pre hráčov iných klubov

Limitovaný počet 30 hráčov (26 hráčov + max. 4 brankári) z dôvodu kvality!!!

Cena kempu zahŕňa:

- 5 x ubytovanie s plnou penziou (5nocí - 6dní)
- pitný režim, ovocie
- 2x denne tréning na ľade – minimálne 5 tréneri
- tréning v telocvični, posilňovni a na ihrisku
- tréning na balančných pomôckach
- tréning brankárov, plaváreň
- autobus (dovoz/odvoz PB-Brumov,Brumov-PB)
- zdravotný dozor

Prihlasovať sa môžete do naplnenia kapacity prostredníctvom

- email: mk.disp@gmail.com, alebo na tel.+421 908 739 398
prípadne +421 910 241 679

- vaša registrácia bude záväzná po uhradení zálohy 180,- EUR

Storno podmienky :

- pri odhlásení sa **do 13. 5. 2017** poplatok **50 %** z celkovej ceny
- pri odhlásení sa **po 13. 5. 2017** poplatok **70 %** z celkovej ceny
- nahradenie iným účastníkom – bez poplatku

