

NA ZÁKLADĚ PROJEKTU „HLEDÁME LIGOVÉ HRÁČE“ POŘÁDÁ KHKSSST  
JEDNODENNÍ TRÉNINKOVÝ KEMP PRO HRÁČE A HRÁČKY KATEGORIE U11, TEDY  
R. N. 2013 A MLADŠÍ.

**Datum konání:** neděle **19.5.2024**

**Místo konání:** Chelčického 201, 500 02 Hradec Králové, Velký sál sokolovny

**Trenéři:** Olesia Stakhova lic. B + Jakub Merta lic. B

**Sparing:** bude upřesněno

**Časový rozvrh:**

**8.00** - příjezd, seznámení účastníků s celodenním programem.

**8.30 – 10.30** – dopolední trénink, zaměření na technické provedení uderu, strečink.

**11.00 – 12.00** – oběd (možnost v restauraci hned u haly nebo vlastní)

**12.00 – 13.00** – polední přestávka

**13.00 – 15.00** – odpolední trénink ST, trénink na zásobníku, strečink.

**15.30** – konec kempu, odjezd účastníků.

**Kemp je vhodný pro všechny hráče i hráčky z celého kraje, kteří patří do kategorie U11. Upozorňujeme, že kemp je omezen kapacitou 20 účastníků.**

**Přihlášky** k účasti na kempu zasílejte na emailovou adresu nejpozději do **10.5.2024** na [jmerta89@gmail.com](mailto:jmerta89@gmail.com) , v případě dotazů volejte na tel. číslo 733593120.

Hráči budou vybráni s přihlédnutím ke kapacitě a rozmanitosti přihlášených oddílů. Prosím oddíly, aby zaslali přihlášku s více hráči a postupně je budeme doplňovat tak, aby se na každý oddíl dostalo v podobném počtu účastníků.

**Všechny výdaje (vyjma stravného) jsou hrazené KHKSSST.**

**S sebou prosím mít sportovní oblečení, sportovní sálovou obuv a ping-pongovou pátku.**

**Jakub Merta**

Předseda KM KHKSSST