



ČESKÁ GYMNASTICKÁ FEDERACE

Zátokova 100/2, 160 17 Praha 6

IČ: 00540471, DIČ: CZ00540471, bankovní spojení: 1724809504/0600

tel: +420 242 429 260 e-mail: cgf@gymfed.cz web: www.gymfed.cz

POZVÁNKA

NA VÝCVIKOVÝ TÁBOR TEAMGYM č.5 - POKROČILÁ VÝKONNOSTNÍ ÚROVEŇ

Termín konání: 9.- 10.12.2023

Místo: gymnastická tělocvična, TJ Sokol Žižkov II, Na Balkáně 812/21, 130 00 Praha 3 (**POZOR ZMĚNA**)

Vedoucí VT, lektor: Mgr. Dominika Dymáková

Vzdělání: FTVS UK Praha, magisterské studium oboru trenérství (student), trenérský kurz TeamGym UEG Level 1 (2017), sportovní škola Gymnastikhøjskolen Ollerup (2015)

Závodní kariéra: reprezentantka České republiky v SG, Mistryně České republiky TeamGym (TJ Bohemians), účastnice ME TeamGym (2010 – 2018)

Trenérské zkušenosti: trenérka SG a TeamGym

Lektor: Bc. Kristýna Čermáková

Vzdělání: VŠ ekonomiky a managementu (Praha), trenérský kurz TeamGym UEG Level 1 (2017)

Závodní kariéra: soutěžní tanec (mezinárodní výkonnostní třída M), závodnice v SG (TJ Bohemians), Mistryně České republiky TeamGym (TJ Bohemians), účastnice ME TeamGym (2010 – 2014), trenérka české reprezentace (ME 2018 – 2022)

Trenérské zkušenosti: trenérka SG a TeamGym

Garant: Technická komise TeamGym ČGF, kontakt: tk-tg@gymfed.cz

Program:

<u>Sobota 9.12.</u>	08:30 – 09:00	Příjezd, registrace
	09:00 – 11:00	Zahájení VT, praxe v tělocvičně
	11:00 – 11:30	Pauza
	11:30 – 14:00	Praxe v tělocvičně
	14:00 – 16:00	Oběd (<i>ve vlastní režii</i>)
	16:00 – 18:30	Praxe v tělocvičně
<u>Neděle 10.12.</u>	09:00 – 12:00	Praxe v tělocvičně
	12:00 – 13:30	Oběd (<i>ve vlastní režii</i>)
	13:30 – 15:30	Praxe v tělocvičně, ukončení VT

Zaměření kempu z hlediska obtížnosti:

Akrobacie (tumble): rondat-flik-salto s obraty, salto na začátku série-přemet-salto

Trampolína: salta s obraty, dvojná salta, Tsukahara

UPOZORNĚNÍ: Organizace a náplň VT (včetně přestávek na občerstvení a odpočinek) je plně v kompetenci vedoucího lektora. Žádáme trenéry o důsledné dodržování pokynů lektorů během konání VT.

Ubytování: zajišťují si účastníci sami, na vlastní náklady

Stravování: zajišťují si účastníci sami, na vlastní náklady; pokud máte zájem zarezervovat hromadně oběd v sobotu a v neděli, popřípadě večeři v sobotu v restauraci v objektu TJ Sokol Žižkov II, uveďte počty jídel spolu s registrací (součástí formuláře)!

Podmínky účasti:

- trenéři 18 let a starší, přítomni a aktivně se podílejí na VT po celou dobu konání



ČESKÁ GYMNASTICKÁ FEDERACE

Zátokova 100/2, 160 17 Praha 6

IČ: 00540471, DIČ: CZ00540471, bankovní spojení: 1724809504/0600

tel: +420 242 429 260 e-mail: cgf@gymfed.cz web: www.gymfed.cz

- gymnasté/gymnastky vždy v doprovodu trenéra
- **výkonnostní úroveň odpovídající zaměření VT**

Poplatek: 800 Kč za každého gymnastu/gymnastku, 500 Kč za každého trenéra

Úhrada účastnického poplatku na základě faktury vystavené ČGF a zaslané na kontaktní e-mail uvedený v registračním formuláři.

Registrace: do 26.11. <https://goo.gl/forms/WDvimi9LqW5zvHUD3>

Upozorňujeme na nutnost včasné registrace vzhledem k omezené kapacitě VT!

Ing. Petr Gryga, předseda TK TeamGym