

**Pozvánka na kemp VOLEJBALOVÉ AKADEMIE
MORAVSKOSLEZSKÉHO KRAJSKÉHO VOLEJBALOVÉHO SVAZU,**

Moravskoslezský krajský volejbalový svaz zve hráčku na kemp
VOLEJBALOVÉ AKADEMIE DÍVEK ROČNÍKU 2007-2009
MORAVSKOSLEZSKÉHO KRAJSKÉHO VOLEJBALOVÉHO SVAZU.

Termín kempu	:	1. 4. 2022
Plánované zahájení kempu od hod.	:	od 9:00 hod.
Plánované ukončení kempu, do hod.	:	do 15:00 hod
Místo konání kempu	:	sportovní hala Bílovec, ZŠ Komenského 701
Sraz a prezenze	:	v 8.30 ve vestibulu haly
Stravování na kempu	:	oběd, energetické tyčinky, ovoce
Doprava na místo kempu	:	vlastní s rodiči nebo trenéry, bude hrazena dle směrnic CVF

Program odpoledního kempu:

8:30 – 8:45	Příjezd a registrace účastníků kempu
8:45 – 9.00	Příprava hráček na kemp
9:00 – 9:00	Rozcvičení + mobilita, rozdělení do skupin
9:00 – 11:30	1. fáze hlavního tréninku – individuální činnosti
11:30 – 13.00	Oběd ve školní jídelně, odpočinek
13.00 – 14.00	2. fáze hlavního tréninku – skupinové činnosti
14.00 – 15.00	3. fáze – herní systémy, protažení, závěr

Věci s sebou:

- **tréninkový dres KVA**, kraťasy, nakolenice a sportovní obuv do haly, **tepláková souprava KVA, taška KVA**
- vlastní lahve na pití
- hygienické potřeby
- podepsané potvrzení účasti se souhlasem rodičů a trenéra klubu - Přihláška

Při registraci na kempu odevzdáte podepsané potvrzení účasti na kempu, teplákové soupravy a tašky.

Za KVA-D MS KVS Vas zve Šárka Sonnková, koordinátorka KVA-D MS KVS, +420 604676708, mskvs@seznam.cz

Těší se na Vás trenéři Alexandra Dedková, Ondřej Šimák, Tereza Matuszková, Tomáš Jambor a kondiční trenérka Katrin Horváthová.

Sekretariát:

telefon: +420 604 67 67 08

e-mail: mskvs@seznam.cz