

Jistě se už těšíte na **letní soustředění - i letos PRO ZAČÁTEČNÍKY i POKROČILÉ**, pro členy klubu i pro nečleny

**16.8. - 22.8. 2021 - v tělocvičně ZŠ Běloutín – krásné tělocvičně**

Účast členů i nečlenů tanečního klubu je **dobrovolná !!!**

Přijďte vlakem, autobusem, autem, dronem, wifinou, ale buďte tam do **14 hod.**, POZOR!!! Začínáme v pondělí. Ubytujeme se, připravíme sál a tančit začneme ve 15 h. Končíme v neděli ve **12.00 hod.** Zařídte si to tak, abyste tam byli celou dobu. Budeme tam i spát - kluci a holky zvlášť!!!! Dospělí mohou zvolit svůj způsob nocování.

Nepočítejte s tím, že to bude nějaká zábava. Vlastně bude, budeme trénovat, trénovat, trénovat, a že nevíte, co ještě - no přece trénovat!!! No, přece jen – také koupání, táborák, půlnoční trénink a jak vás znám – i sledování videa. A „porady“.

#### Co si máte vzít s sebou:

- poplatek za soustředění **3 500,- peněz** (zaplatte předem) - to je za sál, provoz, kuchyňku, výuku, sprchy a hlavně **za jídlo**; škody si zaplatí každý sám; **na úraz se pojistěte**, to je povinné; (sourozenci platí **každý** o dvě stovky méně) – zaplatte do 20.6.;

- na jeden den nejezděte, to nemá cenu. Ale i tak: 1 den=1000,-; 2 dny=2000,-; 3 dny=2500,-; 4 dny=3000,-; 5 a více= 3500,-Kč.

- vezměte si hrneček, příbor a utěrku, přijďte po obědě, dostanete až svačinu;

- samozřejmě **dobrou náladu a chuť k tancování** a pevné nervy, protože 7 dní tančení - to není žádný med, každý přestupek se bude řešit okamžitým odchodem ze soustředění;

- **tréninkové oblečení, a to čtvero druhů:**

- na vlastní tancování: kalhoty, holky sukni, sukni, sukni, sukni, sukni, **sukni!!!**, boty, které **NEBARVÍ PODLAHU** triko, které **NEBARVÍ PARTNERKU**, cvičky, **chrániče** na podpatky;
- na pohybovou přípravu: cvičky (piškoty), elastáky, tepláky;
- na rozcvičku venku: tepláky, triko, tenisky;
- respirátor, nanoroušku, skafandr, ...

- **věci na převlečení** do suchého, když něco nestihnete, také se budete potit. Také něco teplého, na globální oteplování nespolehejte a myši vás nezahřejí a snad tam ani nejsou. A uvědomte si, že zima vysiluje!!! Ještě víc než partnerka ☺. A vedro také.

- **spacáky, karimatky (nebo karimatky, karišrouby), pyžama, plavky**; jsou tam žíněnky a zkusíme zajistit matrace;

- **zápisníky, tužky, záznamová zařízení všeho druhu a poddruhu**;

- **věci na vlastní údržbu = HYPY** (hygienický pytlík) = **RU-MY-PA-KA-PA** (ručník, mýdlo, pastu a kartáček na tesáky, **WeleCtěný papír**) a další věci na rekonstrukci, rekonvalescenci a restauraci vašich tělíček - Alpu, náplasti, škrtidla (ne na partnery - ty si hýčkáme), ...

- jídlo a pití zabezpečíme 3x denně plus svačiny (hlavně ovocné). Bude tam i SPORÁK, LEDNICE, MIKROVLNKA, KONVICE. Kdo má větší spotřebu, vezme si s sebou kapesné. Pro náročné je restaurace – samo že za vlastní měnu.

- foťák, kameru, **kytaru**, cimbál, harmoniku, flashky, (cédéčka a DVD už jsou veteš), MP3, taky **mičudu**; Nepijte, nekuřte, cvičte, připravujte se, rovnějte se, trénujte. **Vyplňte formulář na webu** a vraťte mi **podepsané potvrzení (pod 18 let od rodičů)!**

Ahoj

Váš Vlastík

#### Dále :

Alkohol v jakémkoli množství nebude trpět!

Kdo to poruší, odjede bez vrácení peněz. To samé se týká kouření a hrubé nekázně! Tanečnickům bych to ani neměl připomínat. **Poplatek za soustředění zaplatte do 20.6.** Pokud odřeknete účast po 30.6., vrátíme poplatek zkrácený o 50 %. Celý poplatek se vrátí pouze v případě vážné události, např. nemoc (potvrzení). Adekvátní zkrácená část poplatku se vrátí pouze při důvodném přerušení soustředění. Že se vám nechce, to není důvod. Na trénink nebude mít nikdo jiný přístup kromě účastníků soustředění. Návštěvy mohou přijít pouze po předchozím ohlášení.

#### Náplní soustředění bude :

- technika do standardu i latiny, a to základní i pokročilá, **PRÁCE S PARKETEM A TLAKY**, biomechanika, souhra v páru, semibasic, těšte se, bude to makačka, budeme se věnovat hodně **individuální práci, vedení - aktivní, pasivní, energetická bilance páru, průběh pohybu, linie, tvarování, floorcraft, KLUCI SE NAUČÍ VÉST PARTNERKU, DĚVČATA SE NAUČÍ FUNGOVAT JAKO PARTNERKY**. \*\*\*\*\* Koupaliště je v Odrách, ohniště u školy. Půlnoční trénink vám také neodpustím. Těšte se. Všechno se nestihne, připravte si, co sami potřebujete.

Souhlasím s účastí svého syna - dcery ..... na tanečním soustředění podle pozvánky.		Syn - dcera je <b>úrazově pojištěn-a na úraz a odpovědnost (NUTNÉ!!!)</b> – je to dobrovolná akce
Prohlašuji, že syn - dcera je: (vyplňte podle skutečnosti)	- zdravý-á - má tyto zdravotní (i jiné) potíže:  - užívá tyto léky (uveďte množství a intervaly) :	Syn - dcera vyžaduje tuto péči:
Datum:	Spojení na rodiče:	Podpis rodičů:

**Tento ústřížek mi vraťte (členové A-klubu i v případě neúčasti) do 20. 6.** Ti z daleka vyplní přihlášku na webu a ústřížek pak přivezou.