



**DOVOEJUJEME SI VÁS POZVAŤ NA 12. ROČNÍK
MEDZINÁRODNÉHO KRASOKORČUŠKRSKEHO SÚSTREDENIA
V TRENČÍNE V DVOCH TURNUSOCH A TO:**

12.8. - 16.8.2022 (NÁSTUP 12.8.)

17.8. - 21.8.2022 (NÁSTUP 17.8.-VEČER)

**TEŠÍ SA NA VÁS TRÉNERSKÝ TÍM DIMA DMITRENKO, P.
MONIKA ŠKORNIČKOVÁ, LUCKA KADLČÁKOVÁ, BIBA
SRBECKÁ NA ĽADE A MAJO DUDA V TANEČNEJ SÁLE!!!**

ČO SME PRE VÁS PRIPRAVILI?:

**NOVINKOU JE SKUPINA VYTVORENÁ PRE TANCE NA ĽADE
A ROZDELENIE CAMPU NA 2 TURNUSY, KTORÝ KAŽDÝ Z NICH
ZAHŔŇA – PRE KAŽDÚ SKUPINU:**

- **14 LEKCIÍ NA ĽADE VEDENÉ HLAVNÝMI TRÉNERMI**
- **8 LEKCIÍ BALETNEJ A TANEČNEJ PRÍPRAVY**
- **2X DENNE MOŽNOSŤ INDIVIDUÁLNEHO TRÉNINGU
S HLAVNÝMI, ČI VLASTNÝMI TRÉNERMI**
- **MOŽNOSŤ TVORBY CHOREOGRAFIE**
- **PITNÝ REŽIM S OBSAHOM DOPLŇUJÚCICH LÁTOK PRE
ŠPORTOVCOV (AJ DETI)**
- **PO DOHODE ZABEZPEČENIE REGENERÁCIE
KRYOKOMORE**
- **DENNÉ TÉMATICKÉ SPRACOVANIE TECHNIKY SKOKOV,
TECHNIKY KORČUĽOVANIA, VÝRAZU NA ĽADE
A ZDOKONAĽOVANIE PIRUET**

**Organizátor, vedúci sústredenia: Bc. Bibiána Srbecká, 0903 542 077,
bpoliackova@mam.sk**

Referencie trénerského vedenia na oba turnusy:

Mgr. Monika Škorničková (ČR) - diplomovaná trénerka, vytrénovala od úplných začiatkov až na MSJ a na ME, MS niekoľko reprezentantov ako Matyáš a Jiří Bělohradský, Michaela Lucie Hanzlíková 16.na MSJ a 20.na ME 2017. Trénerské krédo: „Každý krasobruslař mě vybízí k tomu, abych z něho vytrénovala jeho maximum- v klidu a s vědomím, že vše to správné přijde v pravý čas...“

Bc. Bibiána Srbecká (Slovensko) – hlavná trénerka Kraso Trenčín, Figure Skating Club Považská Bystrica, majsterka SR v tancoch na ľade seniorov, interpretačného korčuľovania, reprezentantka SR v tancoch na ľade, účastníčka prestížnych svetových show (Nemecko, Francúzsko, Rusko, Dánsko, Arabské Emiráty, Česko, Rakúsko, Nemecko), choreografka, kondičná trénerka. Víťazka World Winter Master Games Innsbruck 2020, technická špecialistka.

Dima Dmitrenko (Ukrajina) – tréner ukrajinského národného tímu, ISU technický špecialista, jeden z hlavných trénerov krasokorčuľarských campov na Slovensku, Česku, Maďarsku, Rakúsku a Severnej Kórei. Choreograf jász účastníkov medzinárodných Grand Prix, Európsky šampión 1993, bronzový medailista z roku 2000.

Lucie Kadlčáková (ČR) – trénerka tancov na ľade. Niekoľkonásobná majsterka ČR v tancoch na ľad. Pódiové umiestnenia na Junior Grand Prix, účastníčka majstrovstiev sveta juniorov. Profesionálne skúsenosti: muzikály na ľade Mrazík, Rómea a Júlia, Paradise on Ice (ITA), Paradise on Ice (ITA), Champions tour (ITA), Cirkus Arena (FR), Dancing on Ice (TUR). Od roku 2005 – tréner, choreograf (sólo i tance), účasť na medzinárodných súťažiach a juniorských grand prix.

Tanečná a kondičná príprava: Ing. Arch. Marián Duda

Tréningové jednotky budú rozdelené do niekoľkých okruhov zamerania a to techniky korčuľovania, skokov a piruet, estetického prevedenia korčuľarských techník, krasokorčuľarske pohyby a korčuľovanie v rytme hudby. Tréningy na suchu budú orientované na pohybovú baletnú – tanečnú prípravu v tanečnej sále, posilňovanie, koordináciu a orientáciu vo vzduchu, prevedenie tanca s výrazom mimiky, herectva a precítenia pohybov.

Sústredenie je určené pre výkonnostných i rekreačných korčuľiarov, ktorí chcú zlepšiť svoje korčuľarske zručnosti na ľade i mimo neho.

Účastníci sústredenia budú rozdelení do 4 tréningových skupín podľa výkonnosti a budú mať k dispozícii:

Skupina I, II, III, T - tance

- Skupina I – max. 15 korčuliarov na ľade
- Skupina II – max 17 korčuliarov na ľade
- Skupina III-max. 20 korčuliarov na ľade
- Skupina T tance na ľade (5-6 párov)
- plná penzia
- ubytovanie
- 3x tréning na ľade á/45min
- 2x denne 45min baletnej-tanečnej-choreografickej-hereckej prípravy
- pitný režim
- 2 - 3x denne možnosť individuálneho tréningu – raňajší individuálny tréning je v cene sústredenia, poobedňajší 7e/45min.
- Individuálne tréningy budú možné aj s hlavnými trénermi v rámci tréningov „tancov na ľade“, ale len 1 tréner + 1 dieťa (cena za ľad 7e/ 45min. + náklady na trénera). Zabezpečenie individuálnych trénerov je na vzájomnej dohode záujemcu a hlavných trénerov vopred a zapisujú sa na zoznam, ktorý bude vyvesený na trénerskej šatni.

Miesto konania, ubytovanie, strava: **Aréna Mariána Gáborika, Trenčín**

<http://www.mariangaborik.sk/index.php>

**ul. Hodžova 6844,
911 01 Trenčín
Slovenská Republika**

Ceny sústredenia pre jednotlivé skupiny s uvedenou náplňou a ubytovaním s PP na aréne:

	1turnus	II. turnus	oba turnusy
I. Skupina (max. 15) –	390e	390e	780e
II. Skupina (max 17) -	390e	390e	780e
III. Skupina (max 23) -	390e	390e	780e
T. - tance (5-6 párov) -	340e	390e	780e

Len tréningová činnosť vrátane pitného režimu:

	1turnus	II turnus	oba turnusy
I	250e	250e	500e
II	250e	250e	500e
III	250e	250e	500e
T -tance	250e	110e (do18.8.)	360e

Cena pre trénerský doprovod + dozor nad deťmi (ubytovanie + strava): 140e/ turnus I. turnus, 140e/ turnus II. + extra noc medzi turnusmi 40e.

Závazné prihlášky do dátumu 30. 6. 2023 zasielajte prosím na:

[Formulár bez názvu - Formuláre Google](#)

Prípadne doplňujúce informácie a otázky na adresu organizačného pracovníka:
bpoliackova@mam.sk.

Informácie o platbe budú zaslané po obdržaní záväznej prihlášky organizátorom.

Pre zachovanie kvality práce na ľade i v baletnej sále, musíme striktne dodržať stanovené počty na ľade. Ďakujeme za pochopenie.

Organizačný tím

Všetci účastníci sa zúčastňujú na vlastné nebezpečenstvo.