



**TEAM SKÚSENÝCH TRÉNEROV VÁS POZÝVA NA  
KRASOKORČULIARSKÝ CAMP V TRENČÍNE, KTORÝ SA BUDE  
KONAŤ NA ZÁVER ŠKOLSKÉHO ROKA A TO V TERMÍNE:  
10.6.2024 – 15.6.2023 – 6 TRÉNINGOVÝCH DNÍ  
TEŠÍ SA NA VÁS TRÉNERSKÉ ZLOŽENIE NA ĽADE: MONIKA  
ŠKORNIČKOVÁ (ČR) MIROSLAV BOKOR (SR), BIBIÁNA  
SRBECKÁ (SR) A V BALETNEJ SÁLE VÁS BUDÚ PRIPRAVOVAŤ  
EVKA DUDOVÁ FRÝVALDSKÁ + MICHAL SOUKUP!!!  
**ČO SME PRE KAŽDÉHO Z VÁS PRIPRAVILI?:****

- **17** VEDENÝCH LEKCIÍ HLAVNÝMI TRÉNERMI
- **1-2** X DENNE INDIVIDUÁLNY TRÉNING S VLASTNÝM TRÉNEROM, PRÍPADNE PO DOHODNE S HLAVNÝMI TRÉNERMI, BALETNÝM MAJSTROM
- **10** LEKCIÍ BALETNEJ A TANEČNEJ PRÍPRAVY
- MOŽNOSŤ TVORBY CHOREOGRAFIE, ČI DOLAĐOVANIE DETAILOV KROKOVÝCH PASÁŽÍ S TANEČNÝMI TRÉNERMI, PRÍPADNE S HLAVNÝMI TRÉNERMI
- **5X** KOMPENZAČNÉ, STREČINGOVÉ, POSILŇUJÚCE CVIČENIA NA CORE, CHRBTICU, BRUŠNÉ SVALSTVO - NA KONCI TRÉNINGOVÉHO DŇA.
- PITNÝ REŽIM S OBSAHOM DOPLŇUJÚCICH LÁTOK PRE ŠPORTOVCOV (AJ DETI) –FY. KOMPAVA
- PO DOHODE ZABEZPEČENIE REGENERÁCIE KRYOKOMORE, MOŽNOSŤ OBJEDNANIA MASÁŽE : KLASICKEJ + ŠPORTOVEJ (SRBECKÁ)
- DENNÉ TÉMATICKÉ SPRACOVANIE TECHNIKY SKOKOV, TECHNIKY KORČULOVANIA, VÝRAZU NA ĽADE A ZDOKONAĽOVANIE PIRUET
- POČAS CELEJ DOBY CAMPU BUDE K DISPOZÍCII MOŽNOSŤ ZAKÚPENIA KRASOKORČULIARSKÉHO OBLEČENIA A DOPLNKOV, OBJEDNÁVKY TIEŽ CEZ [WWW.BIBISKATES.SK](http://WWW.BIBISKATES.SK)

**Organizátor, vedúci sústredenia: Bc. Bibiána Srbecká, 0903 542 077,  
[bpoliackova@mam.sk](mailto:bpoliackova@mam.sk)**



### **Referencie trénerského vedenia :**

**Mgr. Monika Škorníčková (ČR – Karlove Vary)** - 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 – Považská Bystrica)**

(<http://fsc.wbl.sk/Bibiana-Srbecka-Poliackova.html>) , majsterka SR v tancoch na ľade seniorov, interpretačného korčuľovania, reprezentantka SR v tancoch na ľade, účastníčka prestížnych svetových show (Holiday on Ice, Nemecko, Francúzsko, Rusko, Dánsko, Arabské Emiráty, Česko, Rakúsko, Nemecko), víťazka svetových súťaží v Adult masters kategóriách, víťazka World Winter Masters Games Innsbruck 2020, kvalifikovaná trénerka, špecialistka sólo kategórii, choreografka, kondičná trénerka, masérka.

**Mgr. Miroslav Bokor (Slovensko-Trnava, Česko –Praha)**

<https://www.iceskatingprague6.cz/miroslav-bokor/>

### **Baletná a tanečná príprava:**

**PhDr. Eva Dudová Frývaldská**

- spoločenskému tancu sa začala venovať v roku 2000 v TK Dukla Trenčín. V roku 2002 si rozšírila vzdelanie o kurz flamenco v K-Dance v Banskej Bystrici. Základy kubánskej salsy a kubánskej kultúry získala počas študijného pobytu na Kube v roku 2019. Princípy moderného tancu, najmä techniky J. Limon, M. Graham a M. Cunningham sa učila v Prahe pod vedením pedagógov Monika Diatta-Rebcová a Libuša Ovsová z Akadémie múzických umení v Prahe. V roku 2022 v Prahe získala oprávnenie “tréner tanečných športov.” V roku 2023 absolvovala kurz “inštruktor Barre”, ktorý v sebe spája klasický balet a pilates. V súčasnosti pôsobí ako lektorka v tanečnom štúdiu MS Dance v Trenčíne.

**Michal Soukup**

- držiteľ najvyššej medzinárodnej kategórie "S" v štandardných a latinsko-amerických tancoch
- 6-násobný Majster Slovenska v latinsko-amerických tancoch
- 9. miesto v svetovom rebríčku WDSF
- semifinalista Majstrovstiev Európy v 10-tich tancoch
- rozhodca s licenciou WDSF a top rozhodca SZTŠ
- profesionálny umelec a choreograf

Tréningové jednotky budú rozdelené do niekoľkých okruhov zamerania a to techniky korčuľovania, skokov a piruet, estetického prevedenia korčuliarskych techník, krasokorčuliarske 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 precítania pohybov.

Sústredenie je určené pre výkonnostných, rekreačných, adult korčuliarov, ktorí chcú zlepšiť svoje korčuliarske zručnosti na ľade i mimo neho.

Účastníci sústredenia budú rozdelení do 3 tréningových skupín podľa výkonnosti (A, B, C) a budú mať k dispozícii:

#### **Skupina A, B, C:**

- Skupina A – max. 12 korčuliarov na ľade
- Skupina B – max 15 korčuliarov na ľade
- Skupina C -max. 20 korčuliarov na ľade
- plná penzia
- ubytovanie
- 3x tréning na ľade á/45min
- 2x denne 45min baletnej-tanečnej-choreografickej-hereckej prípravy
- pitný režim
- 1- 2 x denne možnosť individuálneho tréningu
- „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:**

**A skupina: 450**

**B skupina: 450e**

**C skupina: 440e**

**Cena sústredenia – tréningová činnosť:**

**A skupina: 240e**

**B skupina: 240e**

**C skupina: 230e**

Cena pre trénerský doprovod + dozor nad deťmi (ubytovanie + strava): **210e**

**Záväzné prihlášky do dátumu 5.5.2024 zasielajte prosím na link:**

[Koncoročný camp 10.6.-15.6.2024 \(google.com\)](https://www.google.com)

Prihlášku vypisuje každý záujemca, dieťa, doprovod aj tréner zvlášť.

**PLATBA:**

**Platba za tréningovú činnosť je najneskôr do 15.5.2024. V prípade nenastúpenia dieťaťa na camp je platba za tréningovú činnosť je nevratná**

**Po potvrzení přihlášky bude zasláná informácia o úhrade.**

Všetci účastníci prihlásení na sústreďenie, berú na vedomie, že usporiadateľ nezodpovedá za možné zranenie. Každý účastník musí mať so sebou zdravotné poistenie (preukaz poistenca), ktoré je platné na území SR. Organizátor nezabezpečuje dozor mimo tréningových hodín, ani počas presunov, ani vo voľnom čase a na ubytovaní. Organizátor nie je zodpovedný za škody spôsobené účastníkmi sústreďenia tretej osobe, či subjektu.

Organizátor si vyhradzuje právo zrušiť sústreďenie v týchto prípadoch:

- z dôvodu vyššej moci (politické udalosti, extrémne podnebné javy, karanténa, Covid-19, pandemické opatrenia vlády SR, zákaz vydaný ÚVZ SR, zlyhanie prevádzkyschopnosti zariadenia a pod.)

- z dôvodu nenaplnenia počtov účastníkov sústreďenia (do 15 dní pred nástupom).

V týchto prípadoch bude vrátený plný poplatok za sústreďenie.

V prípade akýchkoľvek otázok ma neváhajte kontaktovať e-mailom: [bpoliackova@mam.sk](mailto:bpoliackova@mam.sk), prípadne na telefónnom čísle +421 903 542 077

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

**Ďakujeme za pochopenie.**

**Bc. Bibiána Srbecká**

**Všetci účastníci sa zúčastňujú na vlastné nebezpečenstvo.**