

**„Kondiční soustředění 2025“**

**9. -12.10.2025**

**Čtvrtek - neděle**

Po několikaleté přestávce jsme pro Vás připravili program na zlepšení kondice. A k tomu je období října, kdy je potřeba nejvíce natrénovat jistě nejlepší.

Kondiční soustředění **Jeseníky**

chata Ramzovské sedlo [www.ramzova.cz](http://www.ramzova.cz)

Plán kondičního soustředění by měl být následující:

**Začátek ve čtvrtek 9.10.**

* Odjezd cca 14:30 od Sportparku Rybníček
* Příjezd na místo cca v 17:00, ubytování a večeře
* Tréninky pátek, sobota a neděle dopoledne
* **Odjezd ze soustředění v neděli po obědě, příjezd cca 15-16h**

Čekat nás budou tři plné dny kondiční přípravy, třífázový trénink včetně regenerace (sauna, krytý vyhřívaný bazén, společenské hry atd….

**POZOR minimální počet 10 účastníků, maximální cca 25.**

**Přihlásit se mohou hráčky a hráči trénující v tréninkových skupinách Tenis Slovácko.**

**Cena: 4200,-/4500,-**

**V ceně je zahrnuto**: (čtvrtek až neděle kondiční tréninky a regenerace, 3x snídaně, 3x oběd, 3x večeře, pitný režim a svačiny…. V případě špatného počasí kryté prostory.

**Informace: Pavel Štěpánek 775 701 618**

**Přihláška:**

Zákonný zástupce……………………………………………………. přihlašuji na kondiční
soustředění konané 9.-12.10. 2025 v Jeseníkách.

Jméno :

Přijmení:

Rok narození:

Poznámka: (prosím uvést, diety, alergie a jiné omezení)

……………………………………………………………..

Podpis zákonného zástupce (rodiče)

**Platba:**

závazné přihlášení do 31. Srpna 2025 cena 4200.- částka za soustředění bude započtena k srpnovému vyúčtování za tréninky…

závazné přihlášení do 30. Září 2025 cena 4500.- částka za soustředění bude započtena k  zářijovému vyúčtování za tréninky….

Možnost platby v hotovosti po domluvě u trenérů nebo v kanceláři na Rybníčku u paní Mišťúrikové…