

Propozice na KEMP STRAKONICE 2023

název akce: KEMP STRAKONICE 2023 (dále KS)
termín: 9. - 29. 7. 2023 (I. 9. - 15. / II. 16. - 22. / III. 23. - 29.)
místo: Plavecký stadion STARZ, Na Křemelce 305
pořádá: ČESKÉ PARA PLAVÁNÍ z.ú. ve spolupráci s para plaveckými kluby ČR
realizační tým: Monika Violová a Milena Dušková - organizace, administrativa, cvičení sucho
Jan Nevrlka a Štěpán Cagaň - plavecká část, školení, klasifikace
kontakt: info@ceskeparaplavani.cz, 724 219 068 - Monika

Charakteristika

Akci pořádá od roku 1993 ČESKÉ PARA PLAVÁNÍ z.ú., dříve KONTAKT bB (dále ČPP) pro všechny para plavecké kluby ČR zapojené do pohárové série MITROPA CUP. Akce je intenzivní přípravou plavců a koncentrovaným školením personálu klubů. Trénink je sestaven z posloupaností Metodiky KONEV a z motivů metodického plánu na nadcházející plavecký rok září 2023/červen 2024. ČPP zajišťuje základní organizaci, zázemí, řízení, metodické vedení, tréninkový plán, školení personálu klubů, cvičení, IT apod. Kluby odpovídají za personální zajištění svých výprav tzn. zejména asistenci na sucho i ve vodě pro svoje nominované plavce.

Vodítka pro výběr plavců v klubech

Klub nominuje plavce a personál podle svých priorit. Personál klubu musí být schopen zajistit plavce asistenčně na sucho a vést je i ve vodě. Kluby znají strakonické podmínky tzn. nekrytý bazén s hloubkou 1,60 - 2,30m, ubytování ala „nenáročný turista“, společné sociálky.

Proces nominace

Plavci a personál nominovaní klubem budou pořadatelem rozdělení na ubytovací kapacity, rozdělení do drah a skupin na cvičení a plavecký trénink. Prioritní je, aby plavci byli zabezpečeni klubem asistenčně a ve vodě. Limitující je zejména ubytovací kapacita a kapacita plaveckých drah. Při počtu zájemců převyšující kapacitu bude pořadatel řešit výběr společně se všemi kluby dle priorit a cílů celého sportu para plavání (vodítkem bude bodový výkon a počet závodů v pohárové sérii 2022, věk a perspektiva plavce). Personál klubu může být po dohodě s pořadatelem využit na zabezpečení plavců jiných klubů. Finální potvrzení nominace plavců i personálu provádí pořadatel.

Kluby přihlásí plavce i personál do **15. 4. 2023** na email info@ceskeparaplavani.cz.

Kluby s licencí OpenSwim si vytvoří seznamy v OS na každý turnus a pošlou emailem export ze systému v excelu s použitím sloupců: Příjmení, Jméno / Stav plavce resp. Stav personál / Datum narození / email / adresa / způsob pohybu / Poznámka k diagnóze / Popis plavecké úrovně resp. / Popis odborné úrovně

Kluby bez licence OpenSwim projeví na výše uvedený email zájem a dostanou další instrukce. Organizátor provede do **15. 5. 2023** přijetí (potvrzení nominace).

Kapacita

Ubytování STARZ – cca 70 osob / týden (pokoje, buňky, stany)

Plavci - 40 osob / týden – jeden plavec = jeden týden

Účast na dvou týdnech je umožněná reprezentantům a plavcům z projektu Paralympijské naděje.

Plavci se zájmem o účast na více týdnech se mohou přihlásit pořadateli individuálně do účasti v režimu „OTAVA“ viz níže.

Finanční podmínky (ceny jsou za jeden týden)

Účast hradí vysílající kluby, plavci v režimu OTAVA platí individuálně pořadateli.

Plavec - 9 000Kč

Personál - 0Kč (platí pro personál zařazený do školení + plného pracovního nasazení)

Doprovod - 3 600Kč (např. rodinný nezařazený jako personál)

OTAVA - 5 400Kč (plavci v režimu dovolená+ v případě přijetí si dovolenkáři musí zajistit ubytování ve stanu případně jinde mimo areál, musí si zajistit asistenci z jiných osob, než které patří do okruhu pracovníků a dobrovolníků akce, plavat mohou samostatně mimo tréninky účastníků akce, u Lachtana lze sedět s řádnými účastníky. :)

Kluby platí na základě faktury vystavené pořadatelem. Platba obsahuje ubytování, stravu (plnou penzi), pronájem areálu včetně bazénu a dalších sportovišť, školení personálu, zpracování tréninkového plánu, metodické vedení, organizační zajištění.

Dřívější příjezdy a návštěvy jsou možné pouze po domluvě s realizačním týmem. Platba pro návštěvníky a účastníky akce, kteří přijedou dřív, než je termín turnusu je 500Kč/noc.

Náplň

Akce sestává ze tří týdenních turnusů, vždy od nedělní večeře do sobotní snídaně. Hlavní náplní je intenzivní plavecký trénink 2x denně pondělí - čtvrtek + pátek dopoledne závod a pátek odpoledne vodní para pólo. Plavání předchází ranní cvičení s hudbou a nácvičkou Choreografie roku 2023, den je proložen cvičením s jógovými prvky, žongléřským eskamotérstvím, sportovními hrami a posilováním (podle počasí, vibrací, opotřebení plavců a personálu a slunečních erupcí). Komety i Hvězdy cvičí i plavou v jeden čas, jedna skupina jede MAČU, druhá jógu, plavat začínají všichni společně na 4 drahách, po 45 min Hvězdy končí a Komety se roztáhnou na 4 dráhy. U všech součástí programu se vede evidence docházky plavců i personálu.

Harmonogram:

neděle

16.00 příjezd / 16.00 - 16.50 prezence, předání asistence, ubytování / 17.00 úvodní schůzka personálu / 18.00 večeře v areálu / 19.00 schůzka celého Kmene

pondělí, úterý, středa, čtvrtek

06.20 - 06.30 výklad tréninku pro personál / 06.30 - 07.30 plavecký trénink personálu
07.45 - 08.30 snídaně
08.30 - 09.00 rozcvička a choreo s hudbou
09.00 - 09.45 YOGA / MAČU / SPORT HRY / POSIL
09.45 - 10.00 výklad tréninku
10.00 - 11.30 trénink Komety / 10.00 - 10.45 trénink Hvězdy
11.30 - 12.30 oběd
12.30 - 14.30 polední klid (od 14:30 příprava na odpolední program)
15.00 - 15.45 MAČU / YOGA / SPORT HRY / POSIL
15.45 - 16.00 výklad tréninku
16.00 - 17.30 trénink Komety / 16.00 - 16.45 trénink Hvězdy
17.30 - 18.30 večeře
18.30 - 19.30 školení Metodika KONEV – personál i plavci
19.30 - 20.30 individuální konzultace k Metodice KONEV, projekce

pátek (jednotný program) 07.00 - 08.00 snídaně / 08.00 - 08.30 cvičení, tanec, focení / 08.30 - 09.00 rozplavání / 09.00 - 11.30 závod / 11.30 - 12.30 oběd / 15.00 - 17.00 vodní pólo / 18.00 - 19.00 večeře a příprava na vyhlášení / 19.00 - 20.00 vyhlášení / 20.00 - 00.00 hudba, tanec, zpěv s Flying Parties
sobota 08.00 - 09.00 snídaně / 09.00 - 10.00 odjezd

**Na společnou práci se těší Realizační tým KEMP STRAKONICE 2023
V Praze 3. března 2023**