

2011

# JIZERKA

## camp státní reprezentace

každoroční výcvikový  
camp státní  
reprezentace vedený  
reprezentačním  
trenérem ČSKe a jeho  
asistenty

přihlašte se do  
konce března 2011 a  
získáte 400,- Kč  
slevu



## LETNÍ CAMP STÁTNÍ REPREZENTACE

**tradiční letní soustředění státní reprezentace Českého svazu karate v osadě Jizerka v Jizerských horách, vedené reprezentačním trenérem a jeho asistenty.**

Český svaz karate společně s TJ Bižuterie, o.s., KABU Jablonec nad Nisou a TJ Kovo Praha, pořádají letní výcvikový camp, zaměřený na přípravu sportovců nejen státní reprezentace pro nadcházející Mistrovství světa a závodní sezónu 2011/2012.

Letní camp bude probíhat za účasti členů širšího výběru státní reprezentace, jak juniorských, tak seniorských kategorií. Povede jej reprezentační trenér Českého svazu karate, Ondra Musil, společně se svými asistenty, Ivou Keslovou a Jarkem Musilem.

Třířázové tréninky, budou zaměřeny jak na obecnou, tak na speciální přípravu a budou probíhat střídavě jak v exteriéru Jizerských hor, tak v supermoderní tělocvičně, která bude za laskavého přispění TJ Bižuterie, o.s., oddílu KABU Jablonec nad Nisou vybavena tatami, lapami a dalšími pomůckami pro přípravu k tak náročnému sportu, kterým karate bezesporu je.

Letní soustředění Jizerka má již dlouholetou tradici, kdy Jizerka 2011 je 20tým pokračováním úspěšného cyklu, kterého se za dlouhá léta zúčastnili bojovníci z celého světa. Mezi jména, která vedla letní camp patří Steve

Rowe, Brian Stockwell, Russel Stutely, Franz Braun a další. Pravidelně se jej také účastnili Mistři Evropy a Světa WKF i WKC.

V roce 2011 se za laskavého přispění Českého svazu karate povedlo, oproti létům minulým udržet cenu soustředění a to bez nutnosti snižovat časovou dotaci určenou pro trénování i regeneraci. Pro ty z Vás, kteří budou dostatečně rychlí navíc čeká sleva v podobě 400,- Kč (pro více informací prosím čtěte dále).

**Neváhejte a přijďte trénovat s českou špičkou karate na úpatí kopce Bukovce do nejvýše posazené osady Čech.**



**Ondra Musil**  
reprezentační trenér ČSKe  
*SENI, největší světový veletrh bojových umění a sportů jej prohlásil za World Known Martial Artist (světoznámý bojovník).*

## ASISTENTI



### Asistenti reprezentace

(první shora)  
Iva Keslová  
Jarek Musil  
Petra Peceková

### Jizerka

(třetí shora)  
krajina Jizerských Hor

## ZÁZEMÍ LETNÍHO CAMPU

Letní camp je pořádán v malebné osadě uprostřed Jizerských hor. Osada Jizerka je daleko od civilizace a s počtem cca 6ti stálých obyvatel je jedním z neklidnějších míst v republice. V listopadu roku 2009 zde byla vyhlášena rezervace tmy a Jizerka je zároveň v centru Chráněné krajinné oblasti Jizerských Hor.

Všichni účastníci letního campu budou ubytováni v pokojích hotelového typu, ve dvou horských chatách a to Hotelu Panský Dům a chatě Pyramidě. Pokoje jsou rozděleny zejména po dvou a třech lůžkách, ale na žádost je možné bydlet i v osmilůžkovém pokoji. Všechny pokoje dosahují standardu \*\*\* hotelů.

O stravu během campu se stará šéfkuchař specializovaný na sportovní stravu, kdy jídelníček velmi pečlivě před zahájením campu probere s reprezentačním trenérem a dle jeho doporučení upraví.

Místní kuchyně bude každý den servírovat tři jídla: snídani, oběd a večeři. Snídaně bude formou švédského stolu. Oběd a večeře pak bude složena ze dvou chodů (polévky a hlavního jídla), kdy bude na výběru každého účastníka, jaký druhý chod zvolí (zpravidla jde o výběr z masového a bezmasého jídla).

Komplex manželů Dudových, který bude celý letní camp hostit je vybaven kromě hotelů

a restaurací i saunou, whirlpoolem a tělocvičnou. V okolí osady pak je řada cyklo- a běžeckých stezek, které budou využity na obecnou fyzickou přípravu.

Tréninky povede Ondra Musil, reprezentační trenér Českého svazu karate. 7. dan karate a mezinárodně uznávaný instruktor, který učil mimo jiné na seminářích v Japonsku, Singapuru a Velké Británii. Ondra byl na největším veletrhu bojových umění na světě, londýnské SENI, prohlášen za World Known Martial Artist (světoznámý bojovník). Společně s Ondrou povede další tréninky věčně usměvavá Iva Keslová asistentka trenéra pro kata a republiková odbornice na kata Shotokan. Iva je trenérkou a manažerkou úspěšného kata teamu ve složení Tesárek, Pilmann, Janda.



Celková cena  
7.000,- Kč

# ZÁKLADNÍ DATA

## Datum konání

Jizerka 2011 začíná v pátek 19.8.2011 večerním tréninkem (od 18:00 do 20:00), končí odpoledním tréninkem v neděli 28.8.2011 (cca kolem 13hod).

## Cena campu

Jizerka 2011 stojí letos 7.000,- Kč, kdy cena zahrnuje ubytování, stravu, regenerace a poplatek za trénink. Pokud se přihlásíte a celou cenu Jizerky 2011 zaplatíte do konce března roku 2011, získáte slevu 400,- Kč na osobu z celkové ceny campu. Rozhodné datum pro připsání částky na účet pořadatele je 31.3.2011.

## Přihlášení

Přihlášky prosím zasílejte na adresu [robert@shikon.cz](mailto:robert@shikon.cz). Do přihlášky prosím uveďte Vaše jméno a příjmení, celou poštovní a e-mailovou adresu. Pro úplnost přihlášení pak prosím uveďte i datum narození, tak aby bylo možné zkontrolovat Vaše platby. Pro závaznost přihlášky pak je třeba společně s jejím odesláním převést částku ve výši 50% z celkové ceny Jizerky na číslo účtu uvedené dále v tomto letáku. Přihláška se stane závaznou datem připsání 50% celkové ceny Vašeho pobytu na shora označné číslo účtu.

Placení členové státní reprezentace se nejprve obrátí na reprezentačního trenéra - [omusil@centrum.cz](mailto:omusil@centrum.cz) pro potvrzení, že jsou placenými členy reprezentace a poté potvrzení spolu s přihláškou přepošlou na mail [robert@shikon.cz](mailto:robert@shikon.cz) s dovětkem u přihlášky, že jsou placenými členy reprezentace.

## Účet

peníze prosím převádějte na účet vedený u Raiffeisenbank, a.s., číslo účtu 1527393001/5500, do poznámky prosím uveďte jizerka - "a vaše jméno" a specifický symbol - datum vašeho narození ve formátu (ddmmrrrr)

## Místo konání

osada Jizerka, obec Kořenov, okres Jablonec nad Nisou, Liberecký kraj. Na Jizerku se nejlépe dostanete po mezinárodní silnici číslo 14 z Tanvaldu do Harrachova, když na konci města Desná odbočíte směrem na Horní Polubný. Kdy u kostela v Horním Polubném už je cesta dostatečně značena.

## Doprava na místo

Vzhledem k tomu, že se osada Jizerka nachází v chráněné krajinné oblasti Jizerských hor, je doprava na místo regulovaná místní úpravou, kdy je přísně zakázán vjezd do osady bez povolení obecního úřadu Kořenov. Pro vozy, které přiváží ubytované a nebo je odváží je povolen vjezd a 15min státní na území osady a to právě a pouze na nejnужnější vyložení zavazadel a ubytování se. Pro ubytované, kteří si chtějí vůz ponechat zaparkovaný před hotelem platí tzv. parkovací a povolovací polatek, splatný v recepci hotelu Panský Dům v den příjezdu.



**Přihlášky do  
31.5.2011**

## Vybavení

Vzhledem k tomu, že letní camp Jizerka je součástí letní a všeobecné přípravy, je třeba se vybavit jak na obecnou fyzickou (běžné sportovní oblečení a obuv na běhání), tak i na specifickou přípravu (kimono, chrániče, sálové boty atd.)

## Více informací

V případě, že máte jakýkoliv dotaz, prosím neváhejte kontaktovat management Jizerky 2011 na kontaktech uvedených níže. Rádi poradíme a pomůžeme.

**Budeme se těšit nashledanou na  
Jizerce 2011.**

## Přihlášky

Přihlášky prosím zasílejte na adresu: [robert@shikon.cz](mailto:robert@shikon.cz)  
zálohy a doplatky prosím posílejte na č.úctu:

1527393001/5500  
do poznámky prosím uveďte  
jizerka - "jméno účastníka"  
jako specifický symbol uveďte:  
datum narození účastníka (ddmmrrrr)

## Cena

- přihlášky do 31.3.2011 - 6.600,- Kč
- přihlášky do 31.5.2011 - 7.000,- Kč

## Osada Jizerka

[www.dudovi.cz](http://www.dudovi.cz)  
[mapa](#)

## JIZERKA 2011

**19.-28. 8. 2011**

**osada Jizerka**

**Jizerské Hory**

**tel - 00420 777 321 603**

**info - [robert@shikon.cz](mailto:robert@shikon.cz)**