

# Aktuální informace a pravidla sezóna 2020/2021:



## 1) tréninky (tělocvična, lyžařské tréninky)

Tréninky probíhají v určených skupinách pravidelně v **ÚT a PÁ od 16:30h, po změně na zimní čas od 15:30**, v případě výjezdů za sněhem i dříve. Změny jsou samozřejmě možné, sledujte vypisované tréninky na stránkách. **Prosíme o zodpovědné a včasné nahlašování dětí na tréninky.** Tréninky probíhají na různých místech a na počtu dětí je závislý počet trenérů a připravované aktivity.

Děti by měly mít kvalitní běžeckou obuv a vhodné oblečení. Tréninky probíhají také na kolečkových bruslích a kole, vybavení je vhodné zajistit dětem včas. Kolečkové lyže pro starší žactvo zajišťuje a půjčuje klub.

**Tréninky v tělocvičně ZŠ** budou ve středu a v pátek v malé tělocvičně. Měli bychom začít v listopadu. Uvidíme, jaká budou omezení pro aktivity v uzavřených prostorách. Přesné časy bude mít každá skupina rozepsané na stránkách.

**Lyžařské tréninky na sněhu** budou probíhat v ÚT a PÁ, ideálně na Nebíčku, případně na Slavném, Karlově, v Dušníkách či Orlických horách. Opět je třeba sledovat stránky a děti přihlašovat včas, zejména v případě dojíždění za sněhem. Trenéři na stránkách vypisují obsazená a volná místa v autech, takže nejste-li domluveni jinak, zavolejte někomu, kdo místo nabízí, nebo nabídněte volná místa pro vytížení vašeho auta. V případě změny (přihlášení/odhlášení) v den tréninku prosím zavolejte trenérovi, abychom byli schopni přeorganizovat odvoz!

**2) Vybavení – tréninkové a závodní lyže:** V klubovém skladu máme omezené množství tréninkových lyží, které půjčujeme (poplatek 50-150Kč/sezónu). Zájemce o tréninkové lyže prosíme, aby se ozvali mailem a uvedli výšku a váhu dítěte.

Závodní lyže ve velké míře zajišťuje a na závody připravuje klub. Zájemce o závodní lyže prosíme, aby se ozvali mailem a uvedli výšku a váhu dítěte. Po domluvě je možné zapůjčit lyže na celou sezónu a starat se sám. Snažíme se, aby mělo každé stabilně závodící dítě „svoje“ lyže, ale zejména u menších dětí může nastat situace, kdy si během závodního dne děti lyže postupně popůjčují. Příprava lyží je časově i finančně náročná, proto opět prosíme o včasné nahlašování účasti či neúčasti na závody. Používáme systém vázání NNN. Podrobnosti k délkám lyží a holí jsou na stránkách v záložce oddíl.

## 3) soustředění - organizace, pravidla rozpočtování a dotování

Soustředění (výcvikové tábory – Jarní VT, LVT, PVT, ZVT) se snažíme plánovat efektivně, aby byly pro rodiče za příznivé ceny. Náklady na trenéry jsou dotovány klubem ze získaných grantů, aby nemusely být rozpočítávány mezi zúčastněné děti. Současná příznivá situace nám dovoluje částečně dotovat i náklady na samotné děti, zejména u nákladnějších LVT a ZVT.

**Účast na soustředěních – výběr účastníků - je plně v kompetenci trenérů skupin!** Důvody pro výběr: Reálnější splnění tréninkových cílů soustředění, kapacita ubytování, možnosti trenérů.

## 4) kalendář závodů – zima 2020-2021

Termíny závodů jsou uvedeny na stránkách jak v kalendáři, tak v kompletní termínovce. Ke každému závodu budou vždy uvedeny konkrétní informace na stránkách (typ závodu, jména trenérů jednotlivých skupin, způsob přihlašování, doprava). **Neúčast na závodě již přihlášeného závodníka (např. z důvodu nemoci) jsou povinni rodiče oznámit ihned trenérovi,** abychom připravili přesný počet lyží, přeorganizovali dopravu a předešli komplikacím při prezentaci v místě závodu.

## 5) lyžařské závody – organizace na místě

Klub má určeného zástupce, který provádí prezentaci v místě závodu. Závodní lyže připravují servisáci. **Závodník se po příjezdu nahlásí u trenéra své skupiny a dále se chová podle jeho instrukcí** - společné projetí trati, odzkoušení závodních lyží, předstartovní příprava... Instrukce podají a dotazy v místě závodu zodpoví primárně trenéři jednotlivých skupin. Prosíme rodiče, aby se na ně obraceli.

## **6) cestovné (závody, tréninky, soustředění), pravidla vyplácení**

Cestovné na tréninky je vypláceno dojíždějícím trenérům dle dohody.

Cestovné za dopravu na soustředění bude vypláceno při vyúčtování akce.

Cestovné za dojíždění na závody (s klubovou účastí – uvedeno vždy v kalendáři u konkrétního závodu) budou vypláceny na konci roku 2020 (podzimní sezóna), v dubnu 2021 (zimní sezóna).

Cestovné na tréninky za sněhem (nevyplácíme na Slavný) na Karlów a dále vyplácíme i rodičům. Pravidla pro výpočet: 1,-Kč/km za závodníka, účastníka, trenéra.

Prosíme řidiče, aby nám poslali na email informace o cestě, kam koho vezli, SPZ a typ vozu, číslo účtu.

## **7) trenéři**

Trenéři se účastní závodů nebo soustředění podle svých osobních/rodinných/pracovních možností (ne všichni vždy mohou jet). Zájemce o trenérství aktivně hledáme. Všichni trenéři jsou členy klubu, část z nich je proškolená (trenérské licence B a C). Dětem se věnují dobrovolnicky, bez nároku na finanční odměnu. V současné době jsme díky grantům a získaným fin. prostředkům schopni trenérům odměnu dát – v roce 2020 to je cca 10.000,-Kč/trenéra/rok (viz. zápis [Schůze VV dne 10.9.2020](#)).

Přijímání nových dětí nechceme omezovat, ale jsme limitováni trenérskou a organizační kapacitou. Z tohoto důvodu budeme provádět výběr dětí nejen na soustředění, ale je potřeba si individuálně probrat i smysl členství pasivních či nespolupracujících členů.

## **8) zdravotní sportovní prohlídky**

Platí povinnost **každoroční sportovní prohlídky dětí**. Provádí tělovýchovný lékař. V současné době je účinná Vyhláška o zdravotní způsobilosti k tělesné výchově a sportu vydaná Ministerstvem zdravotnictví ČR pod č. 391/2013 Sb. Tato vyhláška zavádí povinnost zdravotních prohlídek pro všechny sportovce účastnící se organizovaných soutěží. Klub, jehož je sportovec členem, má povinnost kontrolovat, zda jeho člen absolvoval a má platné potvrzení o lékařské prohlídce ne starší 12 měsíců. Více na stránkách.

Prosíme rodiče také o **informace o aktuálním zdravotním stavu dětí, alergiích, popř. seznam léků, které nemají být dětem podávány!!**

## **9) převzetí odpovědnosti**

Upozorňujeme rodiče, že za dítě přebíráme odpovědnost pouze v místě a čase tréninku. Cesty na trénink a z tréninku jsou na zodpovědnost rodiče.

## **10) motivace k účasti na závodech**

Motivací by měla být především radost ze sportu, zdravá soutěživost, radost ze setkávání s kamarády i radost z úspěchu. Je tu ale i finanční motivace pro klub. Účast dětí na závodech (pořádaných Svazem lyžařů) souvisí úzce s výší získaných dotací a příspěvků na činnost (získáme tím peníze, které zpátky investujeme do dětí).

Finance z krajského svazu lyžařů, tzv. „osobostarty“ - 100,-Kč za start na krajském závodě a 150,-(až 200,-) za český pohár. MŠMT (NSA) poskytuje příspěvek až 3750,-Kč/sportovce/rok při splnění podmínky účasti na **6 závodech** pořádaných svazem.

## **11) klubové oblečení GASSO**

Členové mají možnost na jaře a na podzim objednat klubové oblečení za zvýhodněné ceny. Členové by měli na závodech klub reprezentovat v klubových dresech a na stupně vítězů nastupovat také v klubovém oblečení.

## **12) klubem pořádané akce**

Náš klub pořádá cca 11 závodů ročně: 2 závody poháru Běžkové středy (další závody pořádá BKL Machov a Redpoint Teplice), zimní závod Poháru KHK, Běh Sídlištěm, Běh Od Pípy k pípě, Běh na Hvězdu, Běh Broumovskými stěnami, Sluncekos (spolupořádáme s rodinou Václava Kubečka), Běh Okolo Ostaše (závod Poháru KHK) a 2 závody poháru

Běžecské vršky. A protože nás to baví, pomáháme při Ádrkrosu a jinde. Při pořádání závodů vítáme spolupráci s rodiči a nebráníme se rozšiřování týmu rozhodčích. Ne nevýznamnou akcí je i Lyžařský ples, který ale letos nejspíš nebude.

### **13) úprava lyžařských tras na Policku**

Mimo tréninkový okruh na Nebíčku upravují naše dva skútry také turistické trasy v oblasti Policka – pod záštitou Branka, o.p.s. podrobněji na [ski.kladskepomezi.cz](http://ski.kladskepomezi.cz)

### **14) členské příspěvky**

Členské příspěvky na rok 2021:

**1200,-** děti do 18 let, **800,-** členové nad 18 let, **100,-** členové nad 60 let

č. ú.: 115-5440570237/0100 (do pozn.: čl. příspěvek 2021 - jméno)

Pokud budete vyžadovat doklad pro pojišťovnu, prosíme platbu hotově.

### **Kontakty:**

Jan Pohl – 608 476 058 – předseda, rozhodčí, servis, sklad vybavení, trenér 5. skupina

Helena Pohlová – 777 606 649 – papíry, administrativa, trenér 2. skupina, členka VV

Nikola Řezníčková – 603 968 589 - trenér 1. skupina, členka VV

Katka Beranová – 774 860 403 - trenér 1. skupina

Andrea Michálková – 777 013 182 – trenér 2. skupina

Katka Boučková – 728 832574 - trenér 3. skupina

Tereza Bernardová – 605 812 297 - pomocný trenér 3. skupina

Anna Beranová – 605 128 514 – trenér 4. skupina, členka VV

Lucie Riegerová – 777 798 472 – trenér 4. skupina

Katka Brátová – 608 646 534 – trenér 5. skupina

Kristýna Šretrová - 605 591 526 – trenér 6. skupina, vedoucí trenér SpS

Jana Meierová – 731 412 000 – trenér 6. skupina

Pavel John – 739 097 905 – pomocný trenér (soustředění), rozhodčí

Jiří Beran – 776121692 – pomocný trenér (soustředění, zimní tréninky)

Marie Hornychová – 608 120 193 – pomocný trenér (soustředění)

Míra Hornych – pomocný trenér (soustředění), člen VV

Matěj Brát – 608 552 136 – trenér 7. skupina

Josef Havlíček ml. – 724 768 090 – rozhodčí

Jiří Černý – 734796862 - servis lyží, servis skútrů, skútrista

### **SKI Police nad Metují, z.s.**

U Lesovny 111, 549 54 Police nad Metují, IČ 06431721

č.ú: 115-5440570237/0100