Vážení rodiče, milí tanečníci,

posílám základní a praktické informace k letní taneční škole 2018.

**Datum konání:** neděle 12. 8. – 17. 8. 2018

**Místo konání:** Krašovská 30, Krašovská aktivity centrum, Plzeň

**Tréninkové prostory:** B 24, A2, A 18

**Sraz - zahájení:**

* **v neděli 12. 8. 2017 8:00 – 8:50** (v 8:50 se bude odcházet na tréninky, v 9:00 již začíná trénink) Pokud nemáte vyplněné přihlášky, nebo uhrazeno soustřední, tak přijďte prosím ráno od 8:00 do 8:30.) Pokud máte vše v pořádku, tak stačí přijít mezi 8:40 – 8:50
* **13. – 17. 8. bude sraz vždy nejpozději v 8:45.**
* Pokud potřebujete, nebo chcete přijít dřív, je tanečníkům k dispozici recepce, kde mohou děti počkat. Recepce by měla přes týden fungovat od 8:00.
* Ranní sraz a naše základna, bude v sále A18. Zde ráno vyřídíme přihlášky a další věci.
* Ranní sraz může být upraven v případě neočekávané změny. V tom případě bude včas nahlášen.
* 16. 8. bude „přespávačka“ na 17. 8.

**Šatna pro tanečníky**

Číslo šatny bude upřesněno ráno po příchodu. Každé dítě bude mít přidělenou na celý týden jednu skříňku. Za tu si bude zodpovídat především při ztrátě klíčku. Děti si cenné věci mohou dát na celý den k vedoucí, nebo si je zamykat ve skříňce. Skříňka je na zálohu vždy 5,- nebo 10,- Kč. (Vhodíte minci, můžete vytáhnout klíč. Po vrácení klíče si minci vezmete zpět.) Budeme mít dvě šatny. Pozor – ztráta klíčku stojí 300,- Kč. První den vše doladíme, tak snad bude vše v pořádku a bez komplikací.

**Taneční plán a program**

Trénink bude sestaven tak, aby jej zvládli všichni. V případě zájmu můžeme dětem, které chtějí trénovat více tréninky udělat náročnější, nebo naopak začátečníkům ubrat. Ale zároveň vás žádám o spolupráci. Děti určitě budou po prvním, nebo druhém dnu celé bolavé. Tak jim prosím svaly namažte, ale na trénink je pošlete. Pokud chceme, aby z dětí něco bylo, tak to bohužel jinak nejde. Pokud někdo bude chtít ubrat tréninky, tak není problém, ale bude na to brán ohled při výběru do soutěžní choreografie.

**Předběžný plán**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Čas** | **Lektoři** |  |
| Neděle 12.8. | 8:00 – 17:00 | * Alice Svobodová – Beethoven DC Chomutov * Katie – D4you Praha | Disco a Hip Hop |
| Pondělí 13. 8. | 8:45 – 17:00 | * Alice Svobodová – Beethoven DC Chomutov * Šárka Pokorná – Takt Liberec | Disco |
| Úterý 14. 8. | 8:45 – 17:00 | Trenéři Dance Nation – den plný zábavy |  |
| Středa 15. 8. | 8:45 – 17:00 | * Iva Bičišťová – AT Studio Domino Praha * Marek Habán – Move 21 | Disco |
| Čtvrtek 16. 8. | 8:45 – 17:00 17:00 – 0:00 | * Marek Habán – Move 21 * Katrin Cvinerová | Modern, Disco |
| Pátek 17. 8. | 0:00 – 16:00 | * Katrin Cvinerová   V 16:00 vystoupení pro rodiče | Modern, opakování, vystoupení |

**„Přespávačka“**

Ve čtvrtek 16. 8. je pro děti připravena přespávačka. Předpokládám, že budou přespávat všechny děti. Pokud ale nechcete, nahlaste to první den při příchodu. Děti budou spát v sále, kde jsou tatamy a karimatky. Takže sebou stačí jen spacák a polštářek. Dále další věci na přespání (Hygienické potřeby, pyžamo, ručník, atd.)

Na večeří bude pro děti pizza, takže pokud jí nemají rádi, tak ať si přinesou vlastní večeři.

**Obědy**

Obědy budou v Krašovské. Cena za oběd je 75,- Kč. Platbu prosím proveďte předem a to nejpozději v první den nástupu na soustředění (pokud již nemáte uhrazeno). Pokud možno hotově. Obědy nejsou povinné. Děti si mohou nosit svou svačinu.

**Pitný režim**

Děti budou mít k dispozici balenou čistou vodu zdarma. Pokud si vezmou vodu od nás, musí si jí podepsat. Mohou si nosit své pití. Prosím, ať upozorníte děti na nutnost pití po celý týden. Budeme to také hlídat.

**Obuv**

Prosím, ať mají děti s sebou: taneční obuv + taneční piškoty, nebo náhradní ponožky na trénování. Někteří lektoři chtějí trénovat bez bot. Budeme chodit i ven, tak prosím i obuv na ven.

**S sebou**

* Svačinku na dopoledne a odpoledne
* Pití (mohou si vzít vodu na místě)
* Taneční boty a ponožky na trénování taneční techniky
* Kopii kartičky pojišťovny (nebo kartičku pojišťovny)
* Sportovní oblečení
* Ručník
* Další věci s sebou budu aktuálně říkat dětem, nebo napíšu mail. Myslím tím, kdyby bylo potřeba něco na sportovní odpoledne atd.

**Soutěže na FB a Instagramu**

Během soustředění a pak i tanečního roku budou probíhat soutěže s fotkami dětí ze soustředění. Proto prosím všechny rodiče, aby první den, kdy přivedete děti, podepsali souhlas se zveřejněním fotografií. Pokud nechcete, tak mi to prosím nahlaste a Vaše dítě na fotkách nebude. Pokud děti posíláte sami, tak prosím o vyplnění formuláře a poslat po dětech. Posílám v příloze.

Foto, videa a další najdete zde:

Instagram: ts\_dance\_nation\_plzen

FB: Taneční škola Dance Nation

**Důležité doporučení**

Doporučuji, aby se děti v týdnu před soustředěním začali pořádně rozcvičovat, rozšvihávat, popřípadě začali trochu posilovat a trénovat. Předejdou tak velkým bolestem svalů po prvním dni tréninku. Pokud na to tělo postupně připraví, tak pak bude pro ně soustředění mnohem příjemnější. Po měsíci nicnedělání, je to pak pro děti hodně náročné.

**Hry a zábava**

Pro děti se pokusíme během celého soustředění vymýšlet hry a zábavu, aby se jim na soustředění líbilo co nejvíc ☺

Snad jsem na nic nezapomněla. Pokud ano, tak dejte vědět a pošlu další info.

Pokud máte další dotazy, tak sem s nimi. Jinak se už všichni na děti moc těšíme ☺

Přeji pěkný den

Jana Marková