

Termín: 03.–07. července 2023
Sraz: 8:30 (pondělí)
Téma party: Přísloví, rčení a pranostiky

Přihlášky: [Google Form](#)

Telefon O.: +420 721 0261 66
 Mail: info@bvczraloci.cz

Nutný věci s sebou:

- Běžecské boty
- Opalovací krém & Banán
- Pročtete si prosím i *Dovětky* (bod iii.)

Prašule:

Obědy (odhad):	bude doplněno
Kempovný:	500 czk / kemp
Spáči:	více níže (bod vi.)

Pár zásadním změn

Výčep s kuchyní je od listopadu 2022 pronajat [Třem Borovicím](#). Znamená to, že **nepojedeme v režimu “samoobsluhy”** do míry v jaké bylo zvykem. Při nejmenším ne v odpoledních hodinách. Jak přesně se nastaví režim pro spáče se ještě domluvíme v pondělí ráno. Jednu lednici pro Kempaře se pokusíme zajistit a totéž platí o dotovaném (pokud BVC rozpočet dovolí) kempovém pivu.

Kempovné bude 500 czk za celý Kemp, bez ohledu na rozsah účasti.

Možnost vybírat si, které fáze (tréninky) “budu a nebudu” se v principu ruší. Kempař se přihlásí na celý Kemp od pondělního rána do pátečního oběda. Výjimky, potíže či problémy Kempaři řeší individuálně s Ondrou nebo Aničkou. Jsme na Vás připravený.

Důvody a doplnění těchto dvou změn jsou popsány níže.

Harmonogram:

Na základě zpětné vazby z loňska:

(i) upustíme od bloků posilka-balóny. Pokud nějaká posilka bude, bude rychlá a intenzivní, v tréninkových skupinkách či společná, a pravděpodobně pouze během dopoledních drillíků. V podstatě se buď hezky na začátek zatavíme, nebo na závěr doděláme, aby nám chutnalo u oběda;

(ii) Kemp turnaj se vrátí ve formátu čtvrtěk odpo - pátek doko:

(iii) některé tréninky mohou být opeřeny a ne nutně volejbalová cvičení. Představujte si například bezdotykové rugby apod., zkrátka lehce si to zpestříme, abychom se na ten balónek přímo tetelili.

<u>Plán</u>	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek
...-8:00	Volno/Výzvy	Volno/Výzvy	Povinně spát	Volno/Výzvy	Povinně spát
8:00-8:37	Snídaně*	Snídaně*	Snídaně*	Snídaně*	Snídaně*
9:00-9:30	Čas na individuální speciální protažení a výzvy. S tímhle prosím počítejte. Společně pak dáme rybičky/závodivky a aktivaci.				Individuální protažení.
9:30-11:30	Dopolední trénink Závodivky, Aktivace, Drillové cvičení			Exhibiční zápasy a King/Queen	Kemp turnaj
Oběd pauza	Volno/Výzvy	Volno/Výzvy	Volno/Výzvy	Společný protažení	
13:45-14:00	Čas na individuální speciální protažení nebo výzvy.				
14:00-15:30	Odpolední trénink Rybičky, Aktivace, Herní trénink			Kemp turnaj	ÚKLID AREÁLU, ŠATEN, KLUBOVNY
Odpo pauza	Kompenzace & Volno/Výzvy	Kompenzace & Volno/Výzvy	Kompenzace & Volno/Výzvy		
19:00-...	Večerní side-outy	Večerní side-outy Opejkání špekůňů	Třetí krizový den	Hemžení	

* Týká se spáčů na kurtech.

Vysvětlivky & Novinky

(i) Fixní Kempovný a změna přístupu k přihlašování

Nechceme nikoho nutit být na Kempu a trénovat. Současně se však přístup, který umožňuje každému Kempaři “vydřobat si” fáze účasti, ukázal být v posledních dvou ročnících poněkud nešťastný.

Pomineme-li složitosti spojené s administrativou a přípravou, hlavní negativní dopad je spojen především s kvalitou a atmosférou tréninků a kempového turnaje. To má pak za následek jakýsi hořko-sladký prožitek z Kempu jako takového nejen pro Kemp Staff, kdy se jeden den potkáme na kurtu v solidním počtu a vše je zalité sluncem, ale hned o 3 hodiny později je nás polovina. V podvečer a v obědové pauze se pak na terase člověk může klidně ocitnout dočista sám.

Je přirozené, že se Kemp vyvíjí spolu s tím jak se vyvíjíme my, resp. naše priority a časové možnosti. Očekávali jsme však, že jakýsi odpovědný přístup k ostatním zůstane, a že ten kdo na Kemp přijede na něm opravdu chce být a udělá max pro to, aby se ho mohl do plnosti účastnit.

Ve snaze předejít ztrátě náboje Kempového turnaje, večerních seancí a celkové atmosféře tohoto červencového týdne - na který si např. Harley už v únoru (aniž by měl jistotu, že Kemp bude) bere dovolenou - jsme tak dospěli k názoru, že je potřeba trochu upravit benevolenci.

Možnost si vybírat jednotlivé tréninky se en-blok ruší. Každý se samozřejmě může individuálně obrátit na Ondru s Aničkou a prodiskutovat svojí účast. Nejsme Herodi, v přihlášce je to ošetřené. Současně se očekává účast na turnaji i v pátek dopoledne, nehledě na tvůj fyzický stav po čtvrtěním Hemžení.

Je třeba zdůraznit, že toto není snaha někoho vyloučit či odstrčit. Chceme pouze předejít degradaci jistých hodnot a přístupů, které si (byť subjektivně) se sportem, resp. volejbalem spojujeme. Každý je vždy vítán. Když ne letos, třeba se mu to podaří za rok, protože jak slýchával Davson, kterému vždy do tohoto termínu hodili povinný florbalový turnaj: “Klid hochu, Kemp byl, je a snad ještě dlouho bude. Vidíme se za rok.”

(ii) Kempový turnaj a body do nasazení

Složení dvojic do Kemp turnaje vyhlásíme a vyvěsíme ve středu večer (nebo čtvrtek během dopoledne). Nasazení do turnaje proběhne na základě nasbíraných „bodů“, respektive tzv. „Čárek“, které daná dvojice společně posbírání. Ony čárky lze sbírat do čtvrtěčního oběda prostřednictvím pomocně organizačních činností, výzev a dalších Kempových aktivit. Systém čárek a všechny kategorie si dopovíme v pondělí ráno (budou také na nástěnce). Rychlý nástřel níže:

1) *Vějířek & Ulička lásky – min. 1 čárka*

2) *Pomocně-úklidové činnosti – min. 3 čárky*

- V průběhu Kempu budou vyhlášeny jednotlivé úkony, které pomůžou celý skupině užít si Kemp na plno a v hezkém prostředí. Kdo se o ně přihlásí a poctivě vyplní, vyfasuje čárku.

3) *“Výzvy” – min. 2 čárky*

- Detaily jednotlivých výzev budou zveřejněny v pondělí ráno, nicméně nemějte obavy, letos nejsou žádný shyby. Ovšem nějakou tu fyzickou raději naberte.

4) *“1 na 1” – min. 1 čárku*

- Vyzvi soupeře na jakoukoliv hru, dovednost, či soutěž. Najdi svědka, který Vám to zaštití a rozhodne, vyhraje a zapiš čárku.

5) *Nahodilé události*

- Rozdává Kemp Staff

(iii) Důležitý dovětky

- **5. června** začínáme obvolávat a **potvrzovat počty**.
- **Alergie** a jiné speciální požadavky ohledně žrasína prosíme nahlásit v rámci přihlášky (google form výše).
- **Čtvrteční párty** aneb Hemžení — Nikoho do maškarády samozřejmě nenutíme, jde spíše o zpestření. ☺ Budeme však hlasovat o „nejlepší“ kostým, to je jasné.
- **Jídelníček** letos ladíme se Třemi Borovicemi, takže v současnosti můžeme slíbit jen to, že cílíme na lehká, sportovní jídla.
o zájemci o dodání buchy se hlásí na tel. O (výše) nebo FB

(iv) Informace pro „Spáče“

- Spáč = ten co spí, snídá, obědvá i večeří na kurtech
- Prašule mimo obědy a kempovný:
 - o Nocleh: 200/noc
 - o Snídaně večeře atd.: ???/den (bude doplněno)
- Spaní je možné už od neděle večer. Vše prosím vyplňte v přihlášce. Připravte se, že otázka od kdy chcete spát padne během červnového potvrzování. Díky.
- **Prosím, kdo můžete, berte spacák/deku.** Kdo nám chce vyloženě pomoci, tak ceníme povlečení.
- Zvláště Vás, naši spáči, **prosím o včasné zmínění zvláštních požadavků v rámci jídla.** Nebojte se, všechno nějak vykombíme ke spokojenosti všech.

Těšíme se na Vás.

Kemp Staff

