



Hygienická a bezpečnostní pravidla

dítě nesmí:

- znečišťovat vodu v bazénu
- křičet v prostoru bazénu
- strkat do spolužáků
- běhat a klouzat se po mokré dlažbě
- svévolně skákat do vody
- svévolně opustit skupinu

Omezení rizika

- instruktor (trenér) PS Zéva, z. s. má neustálý přehled o svěřených dětech
- vede výuku tak, aby možnost úrazu byla co nejmenší

Děti vybavte:

- **suchá příprava (tělocvična)**
tepláky či legíny, tričko a sport obuví do tělocvičny
- **na bazén**
plavky, **plavecká čepice**, plav ploutve, šnorchl, tělový šampon, osuška

(profi sportovní vybavení lze zakoupit v PS Zéva, z .s.)

WILLY CLUB



Sportovní a závodní činnost je finančně podpořena z dotačních programů KHK a Magistrátu města HK



Pokročilí „C“ plavecká příprava „Willyclub“

Po ZŠ Štef bazén+ tělocvična: Po 16.00 – 17.45 h,
St ZŠ Štef 16 – 17 h, Čt a Pá PB 15- 16 h (OC a DC)

Vážení rodiče.

Plavecké středisko Zéva, z. s. zařadilo Vaše dítě do sportovní plavecké přípravy skupiny „C“ závodního klubu E.S.A HK, zřízeného při sportovním Willyclubu PS Zéva, z. s. Do skupiny „C“ jsou zařazeni mladší zdatnější plavci, kteří mají chuť se v plavání zlepšovat a účastnit se plaveckých soutěží. Plavci sk „C“ dochází na tréninky minimálně 2 – 3 x týdně:

- **Po 16 – 16.45 h ZŠ Štef. = bazén + 17.15 - 17.45 h tělocvična = SP**
- **St 16 – 17 h ZŠ Štef. = bazén ZŠ Štef.**

Plavci sk C mohou dále docházet na tréninky na 50m PB HK s členy sport klubů:

Úterý 16 – 17h Karetclub (KC): 10/9, 17/9, 24/9, 1/10, 8/10, 15/10, 22/10, 5/11, 12/11, 19/11, 26/11 2024 a 10/12, 17/12, 7/1, 14/1, 21/1, 28/1 2025

Čtvrtek 16 – 17h Orkaclub (OC): 12/9, 19/9, 26/9, 3/10, 10/10, 17/10, 24/10, 7/11, 14/11, 21/11, 28/11, 12/12, 19/12 2024 a 9/1, 16/1, 23/1, 30/1 2025,

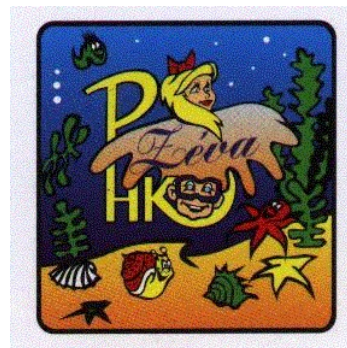
Pátek 15 – 16h Delficlub (DC): 13/9, 20/9, 27/9, 4/10, 11/10, 18/10, 25/10, 8/11, 15/11, 22/11, 29/11, 6/12, 13/12 2024 a 10/1, 17/1, 24/1 2025

V Út, Čt a Pá na 50m PB se koná sraz plavců v chodbě před dětskými šatničkami, kde probíhá prezence (út a čt v 15.45 h a v pá v 14.45 h). Nezapomeňte vždy s sebou vzít **klubovou průkazku**, která je vyžadována pro vstupy do šaten.

Frekvence docházky na tréninky je plavci skupiny „C“ realizována dle domluvy s ved. trenérem/instr. Nelze čerpat náhradní termíny za absenci na trénincích. Za **dlouhodobou nemoc** s pobytem v nemocnici je možné sjednat náhradní tréninky v době konání LPPT, na základě vyplněné žádosti o převod, potvrzené ošetřujícím lékařem.

Cena: 4.850,00 Kč / 1. pololetí šk. r. 2024/25

Na základě uhrazení platby za 1. pololetí 2023/24 obdrží dítě průkaz. Bez tohoto průkazu nelze dítě zařadit do výuky (v případě, že budete platit převodem z účtu uhradte finanční příspěvek na účet Plaveckého střediska Zéva, z.s. číslo:2601239147/2010, **VS 241118, do poznámky k platbě** uveďte jméno a příjmení dítěte s označením **sk „C“**. Členský příspěvek (kurzovné) PS Zéva nevrací.



Bližší informace a přihlášky získáte:

Plavecké středisko Zéva, z. s.
Uhelná 868/3, 500 03 Hradec Králové,
tel. 603 852 839 nebo 736 411 998

Prezence účastníků:

15 min. ve spojovací chodbě k tělocvičně v ZŠ Štefánikova, před šatnami ke školnímu bazénu.

Plavec si na trénink s sebou vezme:

plavky, **plaveckou čepici**, ručník, mýdlo, pleťový krém. Sportovní obuv a oblečení do tělocvičny.

Vstup do šaten u bazénu je minimálně 10 minut před zahájením.

Termíny lekcí v 1. pololetí 2024/25 v ZŠ Štefánikova

Pondělí 16 – 17 hod bazén a od 17. -17.45 hod = SP (vstup přes šatny ZŠ u malé tělocvičny):

9/9, 16/9, 23/9, 7/10, 14/10, 21/10, 4/11, 11/11, 18/11, 25/11, 2/12, 9/12, 16/12 2024, 6/1, 13/1, 20/1, 27/1 2025

Pozor trénink není: 30/9 SD a 28/10 Sv a 23/12 VP 2024

Středa 16 – 17 hod bazén:

11/9, 18/9, 25/9, 2/10, 9/10, 16/10, 23/10, 6/11, 13/11, 20/11, 27/11, 4/12, 11/12, 18/12 2024, 8/1, 15/1, 29/1 2025

Pozor trénink není: 25/12 Sv, 22/1 SD

Odpovědný instruktor ved. sk. „C“: Soňa Kejzlarová, 603 852 839
zást. Emily Tey, 736 411 998, asist. Sophie Jägerová

V pondělí, od 17 – 17.45 hod. probíhá v tělocvičně ZŠ Štefánikova suchá příprava (**SP**). Plavci budou vybaveny na lekci SP do tělocvičny sportovním úborem a teniskami. Ved. trenér SP = Emily Tey a Soňa Kejzlarová.

Vyjma dobré nálady, doporučujeme vzít s sebou vždy na trénink lehkou svačinku a pít k dodání energie po plavání.

Plavecké středisko Zéva, z. s., = termíny sport. klubů 2024 - 2025 na plaveckém bazénu = termíny též pro přípravku C, B na PB

Kareta club – úterý 16 – 17 hod., dr 8 a DB, ved. Simona Kuličková

I. cyklus

10/9, 17/9, 24/9, 1/10, 8/10, 15/10, 22/10, 5/11, 12/11, 19/11, 26/11

II. cyklus

10/12, 17/12, 7/1, 14/1, 21/1, 28/1, 4/2, 11/2, 18/2, 4/3, 11/3

III. Cyklus

18/3, 25/3, 1/4, 8/4, 22/4, 29/4, 6/5, 13/5, 20/5, 27/5, 3/6

29.10. Podzimní prázdniny

24.2. - 2.3. Jarní prázdniny

Orka club (OC) – čtvrtek 16 – 17 hod., dr 8 a DB, ved. Simona Kuličková

I. cyklus

12/9, 19/9, 26/9, 3/10, 10/10, 17/10, 24/10, 7/11, 14/11, 21/11, 28/11

II. cyklus

12/12, 19/12, 9/1, 16/1, 23/1, 30/1, 6/2, 13/2, 20/2, 6/3, 13/3

III. cyklus

20/3, 27/3, 3/4, 10/4, 24/4, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 19/6

31.10. Podzimní prázdniny

24.2. - 2.3. Jarní prázdniny

17.4. Velikonoční prázdniny

1.5., 8.5. Státní svátky

Delfi club (DC) – pátek – 15 – 16 hod., dr 8 a DB, ved. Simona Kuličková

I. cyklus

13/9, 20/9, 27/9, 4/10, 11/10, 18/10, 25/10, 8/11, 15/11, 22/11, 29/11

II. cyklus

6/12, 13/12, 10/1, 17/1, 24/1, 7/2, 14/2, 21/2, 7/3, 14/3, 21/3

III. cyklus

28/3, 4/4, 11/4, 28/4, 2/5, 16/5, 23/5, 30/5, 6/6, 13/6, 20/6

1.11. Ředitelské volno

20.12. Sanitární den

31.1. Pololetní prázdniny

24.2. - 2.3. Jarní prázdniny

18.4. Státní svátek

9.5. Sanitární den