

Propozice na Plavecké Paraléto 2019 Strakonice, Plavecký stadion STARZ, Na Křemelce 305 7. - 27. 7. 2019 - tři týdenní turnusy neděle – sobota

Charakteristika

Organizátorem je KONTAKT BB - Plavecká akademie bez bariér z.ú. (KBB) v součinnosti s STK plavání Českého svazu tělesně postižených sportovců (STK). Akce je pořádána pro klubové výpravy STK s možností účasti STK plavání Slovenského paralympijského výboru (SVK). Primární cílovou skupinou jsou samostatně plavající plavci. KBB zajišťuje základní organizaci, zázemí, řízení, metodické vedení, tréninkový plán, školení personálu klubů, cvičení, IT apod. Kluby odpovídají za personální zajištění svých výprav tzn. zejména asistenci na suchu i ve vodě pro svoje nominované plavce. Smyslem akce je zlepšení výkonnosti/kondice plavců a zvýšení odbornosti personálu klubů.

Východiska k nominačním kritériím

Smyslem kritérií je vytvoření podmínek pro bezpečný a kvalitní průběh akce s přínosem pro plavce i personál. Limitující faktory přijímání plavců - nekrytý bazén s hloubkou 1,60 – 2,30m, kapacita a charakter ubytování, počet personálu klubů. Soustředění není vhodné pro plavce s náročnou asistencí na suchu i ve vodě (odpovídající vedení vyžaduje komfortní dosáhnutí instruktora na dno). Skladba plavců musí umožňovat i rychlý přesun v případě např. bouřky. Ubytovny a pokoje jsou různé úrovně – většina pokojů je s 8 - 12 lůžky a palandami, všude jsou společné sociálky. Počet přijatých plavců musí umožnit komfortní pohyb na pokojích. Zásadní pro počet přijatých plavců klubu je počet a schopnosti personálu klubů, přijati budou pouze plavci, které klub dokáže asistenčně zajistit ve vodě i na suchu. Za bezpečnost a odpovídající osobní asistenci přijatých plavců zodpovídají plně kluby v rámci vlastní klubové výpravy na společném soustředění.

Nominace - přihlášení klubů a přijetí pořadatelem

Pro bezpečný a kvalitní průběh akce je stanovena kvóta pro přijetí 50 plavců na každý týden. Tato kvóta je rozdělena mezi kluby dle počtu plavců licencovaných STK a dle účasti v minulých ročnících. Místa nevyužitá kluby budou přidělena klubům s převisem zájmu. Primární cílovou skupinou jsou plavci schopní skupinového tréninku zapojení do závodního programu nebo s perspektivou zapojení do závodů. Proces nominace má dvě části – přihlášení a přijetí. Přihlášení provádí kluby, přijímání (potvrzení nominace) KBB. Organizátor může odmítnout plavce nedostatečně personálně zajištěné klubem nebo neodpovídající cílové skupině, případně je přesunout na jiný turnus.

Kluby přihlásí plavce i personál do **30. 4. 2019** do KOBEBIS zanesením do Seznamu „Plavecké Paraléto 2019 – přihlášení I. turnus (resp. II. a III.)“. Dodržení termínu pro přihlášení je nutné. Organizátor provede do 15. 5. přijetí (potvrzení nominace). Klubům se doporučuje vytvořit vlastní propozice s definováním svojí finanční spoluúčasti a podmínek pro zařazení do klubové výpravy. Kluby a jednotlivci mimo plnohodnotný přístup do KOBEBIS projeví zájem emailem na adresu kontaktbb@kontaktbb.cz do 15. 4. 2019.

Kvóty pro kluby (počet plavců na každý týden)

PARA PLAVÁNÍ PRAHA 23 / SK KONTAKT BRNO 12 / SK KONTAKT KARLOVY VARY 8 / KONTAKT České Budějovice 3 / Ostatní kluby STK (Plzeň, Ostrava, Aproba) 2 / SVK 2.

KONTAKT BB může jako pořadatel pozvat mimo kvótu hosty (pokud nepotřebují osobní asistenci ze zdrojů personálu) např. zasloužilé plavce BBS a další významné blízké osoby.

Finance

Tyto ceny platí pro kluby STK a SVK. Platí se pouze za plavce, v rámci této platby je i personál klubu potřebný k zajištění klubové výpravy. Za doprovody plavců (ne personál, ale např. rodinní příslušníci) platí kluby poloviční částku platby za plavce. Kluby platí na základě faktury vystavené pořadatelem. Platba obsahuje ubytování, stravu, pronájem bazénu, školení personálu, pronájem areálu včetně hřišť, organizační zajištění. Kluby si ve vlastních propozicích mohou stanovit spoluúčast svých plavců. Souhrn plateb: plavec - 7 200Kč/270€, rodinný doprovod - 3 600Kč/140€, personál 0Kč/0€ (pouze plně využitelný personál).

Charakteristika akce a harmonogram každého turnusu:

Akce sestává ze tří týdenních turnusů, vždy od neděle do soboty. Hlavní náplní je intenzivní plavecký trénink 2 x denně, ranní cvičení s hudbou a nácvikem Choreografie 2019, jógová cvičení. Plavci jsou rozděleni do 2 skupin - Komety (sportovní trénink) a Hvězdy (kondiční a zdokonalovací trénink). Každá skupina má 25 + - osob (součet v obou skupinách je 50). Trénink je postaven tak, aby byl přínosem pro plavce (jako příprava na MS případně prosté zvýšení a údržba kondice) i personál (zvýšení odbornosti, vnímání logiky a vazeb principů Metodiky KBB).

Neděle

16.00 příjezd
16:00 - 16:50 prezence, předání asistence, ubytování
17:00 schůzka personálu
17.45 odchod na večeři
19.30 úvodní společná schůzka všech účastníků, představení personálu a programu týdne

Pondělí, úterý, středa, čtvrtek

06.00 - 06.30 – jóga pro personál (dobrovolné)
06.30 - 07.00 – plavecký trénink personálu (zajištění účasti personálu je věcí klubů)
07.30 - 09.00 – snídaně (7.30 - 7.55 Hvězdy, 8.00 - 8.55 Komety)
08.00 - 08.20 – cvičení s hudbou Hvězdy
08.30 - 09.30 – plavecký trénink Hvězdy
09.00 - 09.20 – cvičení s hudbou Komety
09.30 - 11.30 – plavecký trénink Komety
10.00 - 10.45 – jóga Hvězdy
11.00 - 12.00 – oběd Hvězdy
12.00 - 13.00 – oběd Komety
14.30 - 15.15 – jóga Komety
14.30 - 15.30 – plavecký trénink Hvězdy
15.30 - 17.00 – plavecký trénink Komety
16.00 - 16.45 – jóga rodiče, doprovody, personál Hvězd
17.00 - 18.00 – večeře
18.30 - 19.00 – rozbor dne personál (všichni)
19.00 - 19.30 – individuální rozbor personál (ve skupinkách po dráhách)
19.30 - 20.00 – táborová porada kmene (plán tréninku na další den, plavci i personál)
20.00 - 00.00 – projekce filmů s plaveckou tematikou, Čtení pomáhá pro PL, individuální program

Pátek (jednotný program)

07.00 - 08.00 – snídaně
08.00 - 08.30 – cvičení, tanec, focení
08.30 - 09.00 – rozplavání
09.00 - 11.00 – závod
11.00 - 12.00 – oběd
15.00 - 17.00 – vodní pólo
17.00 - 19.00 – večeře a příprava na vyhlášení
19.00 - 20.00 – vyhlášení
20.00 - 00.00 – hudba, tanec, zpěv s Flying Parties

Realizační tým

Jan Nevrkla, ředitel
Monika Violová, projektová manažerka

V Praze 27. března 2019