



SK JUDO Č. Budějovice připravuje opět soustředění Judistů

## Sportovní soustředění Kondrač

termín konání: neděle 18.- pátek 23.srpna 2024

místo konání: Kondrač

náplň: sportovní příprava Judo

kapacita: max 15 sportovců, věkové kategorie do U14 (další dohodou)

předpokládaná cena 3950,- (790/den)

### Náplň soustředění:

- Kondiční příprava
- Technická příprava
- Kompenzační cvičení
- Příprava na sezónu
- relaxace

Ubytování: Kondrač 1

Stravování zajištěno



Informace:

Miroslav Hájek: 603925678

Prosím o sdělení případného zájmu na email: [skjudo@email.cz](mailto:skjudo@email.cz) (nejlépe do 30.4.24)