

# SPEEDSKATING SUMMIT 2013

Srdečně bychom Vás rádi pozvali na každoroční akci, která se koná v Opavě a blízkém okolí a je určena pro všechny zapálené bruslaře a bruslařky s touhou se zlepšit v rychlosti i technice.

Letošní 7. speedskating summit je spojen s již tradičními závody, které se letos jedou pod hlavičkou **Moravské inline tour, , 21. 7. 2013.**

Letošní speedskating summit je již 7. ročníkem. V minulosti tuto akci navštívilo přes 140 bruslařů z tuzemska i zahraničí.

Akce je primárně určena pro starší 15 let, ale pokud bude zájem, utvoříme pro vaše ratolesti skupinu dětí, které budou mít svůj program a lektora.

**Místo konání:** Městské sady, které hostí jako jediné místo v ČR závody Moravské inline tour i Českého poháru, dále 30km úsek mezi Opavou a Skrochovicemi , zimní stadion s inline povrchem, Stříbrné jezero a další.

**Program:** nácvik speedskatingových dovedností (odraz, skluz, zatáčení, překládání...), video coaching (video rozbor), slalomové dovednosti, rozvoj stability a rovnováhy, najíždění kilometrů v různých výkonnostních skupinách.

Středa 17. 7.: příjezd, ubytování, společný rozjetí se, večerní posezení

Čtvrtek 18. 7.: dopolední blok (stabilita, rovnováha, technika) a odpolední blok techniky, video-coaching

Pátek 19.7.: technika odrazu a skluzu, týmový speedskatingový trénink, slalom

Sobota 20. 7.: dopolední blok (rozjetí před závody na stezce v Kravařích), odpolední blok (relax Aquapark), večerní blok (Blade Night Opava), společné posezení.

Neděle 21. 7.: závody Moravské inline tour 2013

**Účastnický poplatek: 1990,- Kč**

(zahrnuje: ubytování 4x nocleh, výuku, foto a video dokumentaci, účastnické tričko, pronájem inline plochy)

**Registrace je otevřená do 14. 6. 2013 a přihlásit se můžete emailem na [honza@sportovníkurzy.cz](mailto:honza@sportovníkurzy.cz)**

**Jméno a příjmení:**

**Bydliště:**

**Telefon:**

**Email:**

**Velikost trička:**

---

**Těšíme se na Vás, Honza aTým Sportovní Kurzy.cz**