**„Szülői tájékoztató – Előkészítő csoport - 2024 Tavasz-Nyár”**

Általános:

1. Sportorvosi vizsgálatokra a beosztás az ASE-Kajak-kenu Közérdekű weblap-fülön elérhető. (<https://kajakkenu.ase.hu/upload/files/ASE_KK_KOZERDEKU_SPORTORV_BEOSZTAS.xlsx>)

**FONTOS:** Helyszín a Vékás Dentál Paks, kitöltött OSEI kérdőívet vinni kell magukkal, 10 perccel előtte kell érkezni. Betegség esetén nekem kell jelezni új időpont miatt.

**Kérnék mindenkit, hogy egy ’LIKE’-al / (Y) jellel jelezze, ha megfelelő a vizsgálati időpont.** Az üres helyeket is számolják nekünk.

1. Vízi edzések során Spiesz Levente be fog segíteni adott napokon (Ő a Kockánál van állandó jelleggel egyébként most Februártól), hogy meg tudjam/tudjuk oldani a differenciálást magasabb hatékonysággal. (gyerekek tudásszintje szerint szétválunk)
2. Új(abb) hajó és lapát azokhoz kerül, akik rendszeresen járnak edzésre.

(Kajak-kenu Ablak adatbázisban adminisztrálunk.)

1. Továbbra is kövessétek a FB-csoportot, minden verseny előtt jelentkezni fogok a Nevezési listával és az esemény részleteivel.

Edzések:

1. Március 29. Péntek az utolsó téli felkészülési rend szerinti benti edzés (úszás).
2. Iskolai tavaszi szünetben az ASE Csónakházban leszünk edzéseken 4x:

Április 2. Kedd, Április 3. Szerda, Április 4. Csütörtök, Április 5. Péntek.

Mindegyik alkalom 16:00-tól - 17:30-ig tart.

1. Április 9. Kedden már vízre szállunk. (Vízi edzésrend a honlapon látható.)

Események:

1. Tatai-Hódy hajó-manufaktúra látogatást majd ősszel tudjuk kivitelezni.
2. Gyalogtúra: Március 30. Szombat, lemegyünk a Gemencbe, ha esik ha szakad bepótoljuk a tavaly őszre tervezettet. További infók itt: [„FACEBOOK ESEMÉNY”](%E2%80%9EFACEBOOK%20ESEM%C3%89NY%E2%80%9D)
3. Nyári táborok:

- Napközis vízitábor: Június 24-28. és Július 1-5., helyszín: ASE Csónakház, költség: ~15 eFt / fő\*hét (ASE tag), ~20 eFt / fő \* hét (nem ASE tag). Téma: Sport és vízikörnyezet. Szervezés: tavalyihoz hasonlóan. További infó Májusban. Lesz róla FB-plakát, de szívesen látunk újoncokat, ha esetleg van az ismerősi körben kis örökmozgó, nyugodtan invitáljátok.
- Nyári Országos Bajnoki felkészítő tábor: Július 22-26., helyszín: Fadd-Dombori céltorony, költség: ~20 eFt /fő.

1. Vízi túra várhatóan lesz, versenynaptárhoz illeszkedve: 2024.07.18-20. (Csütörtök reggel -Szombat délután), bejárjuk a Paks-Pörböly-Baja-Mohács dunai szakaszt, szokásos szárazföldi kísérettel. További infók Májusban.
2. Versenyek előtt 2 héttel, jelezzétek ha nem tudtok jönni, mert én mindenkit szeretnék versenyre vinni, hogy adjon egy kis ívet az évnek egy-egy versenyzősebb nap. Naptár: <https://kajakkenu.ase.hu/kajak-kenu-kozerdeku>
3. Reméljük a nyáron belakhatjuk az új Mini-Csónakházat, aztán augusztusban a Holiday közben egy olimpiai szurkolást tudunk tartani! 😊 Remélem, hogy az új létesítményben elindul egy open „FRISSÍTŐ” pont is, sportolóknak (végül is gyerekek által a szülők is sportolnak) és látogatóknak.