

vol. 6



Letní výukový BMXCAMP 2010
pro začátečníky a pokročilé

www.bmxcamp.cz

6.ročník BMXCAMP 2010

Důležité informace - co vás čeká na letošním ročníku

Zdravíme všechny příznivce **BMX FREESTYLE** z celé České a Slovenské republiky. Po pěti předchozích úspěšných ročnících přicházíme s úvodními informacemi o Letním Tréninkovém Bmx Campu vol 6. Letos se již potřetí camp uskuteční v Hradci Králové, kde se nacházejí jedny z nejlepších podmínek pro trénování **BMX FREESTYLE**.

Výuka bude probíhat v krytém areálu **Tréninkového Centra Monkey Camp**, kde je k dispozici foam pit (jáma s molitanem), videoprojekce na promítání videí a video coaching a také další potřebné zázemí.

Další část programu BMX campu proběhne v krytém **Skateparku Hradec Králové**. Park vyrobila firma **Park Pilot Ramps** a na jeho realizaci a designu se podílel **Kamil Feifer**. Právě firma **Park Pilot Ramps** si pro vás na letošní ročník připravila menší workshop výroby parků, získávání dotací a grantů z EU pro realizaci parků + ukázka výroby menší překážky.

Již tradičně jsme si pro vás připravili 1-denní trip do 20 kilometrů vzdáleného města Pardubice, kam se pohodlně dostaneme vlakem. V Pardubicích se nachází další moderní krytý park vybudovaný v roce 2007 a bikrosová trať, kde se bude odehrávat další část naší výuky jízdy na BMX kole. Například nácvik startu nebo projetí zatáčky, vše bude zakončeno malým závodem o ceny od partnerů BMX campu.

Novinkou tohoto ročníku je nácvik koordinace pohybu na **trampolíně** se speciálně upraveným BMX kolem.

Stravování po celou dobu trvání zajišťuje cateringová společnost **KUŽELNA** v podobě plnohodnotných jídel .

7 - dní nabytých programem s nejlepšími českými BMX jezdci - to je BMX CAMP

Letošním campem vás budou provázet instruktoři :

Kamil FEIFER - 3x mistr ČR freestyle BMX, 20 let bmx, 2x USA Woodward camp, Point X camp

Adam VAŠKOVSKÝ - BMX jezdec a mistr ČR v silničních motorkách, web master bmxcamp.cz

Zdenda PEŠEK - profi jezdec z party 34R, BHC 2010 3. místo, 2 . místo na Mistrovství světa

Dejv Janáč - profi jezdec z party 34R - 2.místo na Mčr 2009

Petr KAPLAN - stavitel parků Park Pilot Ramps, MTB a BMX jezdec

Dan MILER - výrazná postava v BMX, velmi progresivní jezdec z Brna BMX

Mgr. Kamil ŠTROF - trial jezdec, pedagog a zdravotník

POZOR!!!!

Na letošním ročníku campu mají účastníci jedinečnou možnost zaježdit si s PRO jezdce světového formátu **MICHALEM BERANEM**. Povídání o to, jak se profi jezdec připravuje před závody, cestuje s kolem a jak trénuje ve **WOODWARD CAMPU** - zažijete jedinečně na letošním ročníku **BMXCAMPU** .

6.ročník BMXCAMP 2010

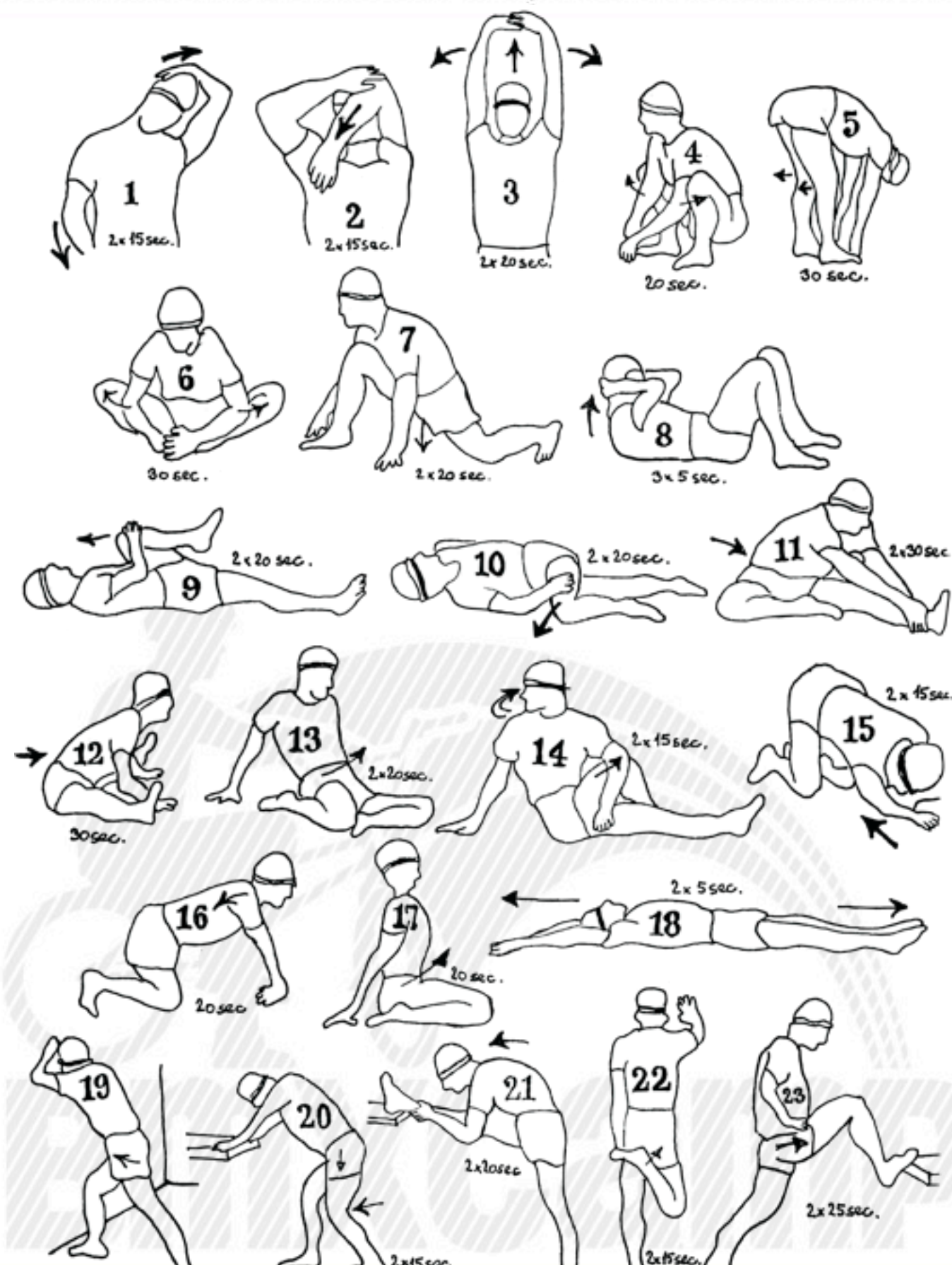
- Ubytování :** 6 nocí - **Vysokoškolské koleje Jana Palacha**, 3 - lůžkové pokoje vybavené kuchyňkou s lednicí, koupelnou a WC, nedaleko kolejí supermarket Albert
Palachova třída 1 129 – 1 135, Hradec Králové
- Stravování:** zajišťuje restaurace **Sport Bar Kuželna**, snídaně - obědy - večeře
jídelníček najdete na www.bmxcamp.cz
- Pítí :** od partnera campu **Rosana** – pramenitá voda v chlazených nádržích
- Co sebou :** kolo v dobrém stavu, helmu, chrániče, úrazové pojištění (ex. sporty), kartu pojištěnce, hygienické potřeby, batoh na cestování, pevnou obuv a menší kapesné (součástí BMX campu je návštěva specializovaného obchodu na BMX kola **Šmrxa Shop**, kde bude účastníkům poskytnuta **sleva 10%** na veškerý sortiment)

PROGRAM BMXCAMP 9 - 15.srpna

- Pondělí 9.8.** zahájení campu a zápis od 9 - 13 hodin ve skate parku v **Šimkových sadech**, **úvodní jam session** a následné rozdělení do skupin **A B C D** dle výkonnosti, seznámení s programem a instruktory, přesun na ubytování, večeře v Kuželně.
- Úterý 10.8.** budíček, snídaně, stréčink v přírodě, první výuka v hradeckém parku (základy rovnováhy), oběd, odpolední trénink v Monkey Campu (skoky do foam pitu, rovnováha, **bunny hop – skok do výšky přes laťku**), večeře
- Středa 11.8.** budíček, snídaně, trénink v HK parku + **workshop s Michalem Beranem, zdravotníkem** (odborná výuka záchranáře z Červeného Kříže) oběd, **Šmrxa shop** (servis kola, výměna duše na čas, výplétání), večeře,
- Čtvrtek 12.8.** budíček, snídaně, v 9:00 **odjezd do Pardubic**, v 10:00 příjezd na bikrosovou trať (jízda na trati, projetí zatáčky a skoku, výuka startů, malý závod) oběd formou balíčků, trénink v krytém Pardubickem sk8 parku, odjezd 19:25, večeře
- Pátek 13.8.** budíček, snídaně, **stavba a výroba malé překážky Park Pilot Ramps** v Monkey Campu, oběd, **workshop s Dominikem Nekolný**, večeře, promítání videí
- Sobota 14.8.** budíček, snídaně, stréčink, trénink v hradeckém parku, oběd, společné ježdění street v HK, Monkey Camp, ping - pong, fotbálek - turnaj, táborák a grilování
- Neděle 15.8.** budíček, snídaně, stréčink, závěr - **Jam session** o ceny od partnerů bmxcampu
12:00 odjezd



Letní výukový **BMXcamp** pro začátečníky a pokročilé



6.ročník BMXCAMP 2010

Cena 7000,- Kč zahrnuje :

6x ubytování, 6x snídaně - oběd - večeře, pitná voda Rosana k dispozici v průběhu celého campu , vstup do HK parku a parku v Pardubicích, doprava do Pardubic, tričko s logem campu, cyklistická láhev na pití, dárky od partnera NIKE 6.0, památeční DVD z průběhu celého campu, sleva 10% na nákup na internetovém obchodu www.monkeyshop.cz a 10% sleva na nákup ve specializovaném BMX obchodě Šmrxa shop.

Partneři BMXCAMP 2010

- 34R - FREE FOR RIDE
- NIKE 6.0
- HUMDRUM
- www.gopro.cz
- www.x-tremevideo.cz
- www.monkeyshop.cz
- www.smrxashop.cz
- Rosana pramenitá voda
- King Kong - BMX security system
- Park Pilot Ramps
- P.O.C

Mediální partneři

- ABC
- DirtBiker
- LoveBMX
- Contest.cz
- Ridermag.cz
- TV OČKO
- Joyride
- Dolekopcom
- MAXIM
- iDNES
- XMAN.CZ