

Jaro

Léto

Podzim

Zima

číslo 2/2011

MODRÁK

Informační občasník pro členy lyžařského oddílu a příznivce Modrého dolu



Lyžařská školka



a škola
únor - březen 2012



V MODRÉM DOLE

Lyžařky a lyžaři,

s postupujícím podzimem vrcholí i příprava Modrého dolu na zimní sezónu. Během následujících dvou víkendů a jednoho pracovního týdne proběhne v Modrém dole pravidelná podzimní brigáda spojená s kompletací lyžařského vleku, provedením dílčích rekonstrukcí na chatě Pastouška i Modrodolská a dokončením všech předsezónních údržbových prací. Pak již nebude nic bránit zahájení sezóny tradiční akcí Modrodolský Mikuláš, který proběhne o prvním prosincovém víkendu. Po Mikulášském víkendu následuje sraz a doškolení instruktorů a od začátku ledna do konce března Vás rádi přivítáme na některé z akcí pořádaných naší lyžařskou školou.

Program je bohatý, máte z čeho vybírat.

Těším se na setkání v Modrém Dole

Skol

Zbyšek Chvojka

MODRÁK

číslo 2/2010

Vydáno: 18.10.2011

Periodicita: občasník

Vydává:

TJ Spofa Praha

Občanské sdružení

Krkonošská 6

120 00 Praha 2

e-mail: info@tjspofa.cz**Redakce:**e-mail: modrak@tjspofa.cz**Redakční rada:**

Jana Bucharová

Jan Komanec

Filip König

Petr König

Eva Mocková

Tomislav Jana

Šéfredaktor:

Zbyšek Chvojka

Inzerce:

Tereza Chvojková

email: tchvojka@tjspofa.cz**Distribuce:** dobrovolná**Tisk:** nepravidelný

www.tjspofa.cz
www.modrydul.cz

Přihlášky a rezervace akcí:e-mail: info@tjspofa.cz

tel: (+420) 604 600 789

Foto na titulní straně:

Modrodolská s vlekem

© Zbyšek Chvojka

OBSAH

| | |
|---|-----------|
| Ubytování v Modrém dole | 5 |
| Zimní akce v Modrém dole | 5 |
| Modrodolský Mikuláš | 5 |
| Otevření lyžařské sezóny | 6 |
| Vánoční pobyt | 6 |
| Školení a doškolení lyžařských instruktorů | 6 |
| Seznámení s carvingem | 7 |
| Skialpinistický víkend | 8 |
| Lyžařská školka | 9 |
| Kurzy Jarní prázdniny | 10 |
| Modrodolský Pohár | 11 |
| Modrodolský Pohárek - otevřený závod pro děti | 11 |
| Programový kalendář 2011/2012 | 12 |
| Ceník 2011/2012 | 13 |
| Ceny ubytování | 13 |
| Ceny kurzů a akcí | 14 |
| Přihlášky a rezervace | 15 |
| Lyžařský oddíl | 16 |
| Brigády v Modrém dole | 16 |

Jaro

Léto

Podzim

Zima

Ubytování v Modrém dole

Chaty jsou v provozu celé zimní období

Požadavky na rezervaci ubytování přijímáme během celého roku. Ceník a kontakt na rezervaci ubytování je uveden v části Programový kalendář 2011/2012 a ceník 2012.

Zimní akce v Modrém dole

Modrodolský Mikuláš

2.12. - 4.12.2011

Zveme vás na Mikulášský víkend v Modrém dole. Tradiční víkend určený pro rodiče s menšími dětmi má již osvědčený program, jehož součástí je i zahájení lyžařské sezóny. V posledních letech nám přálo počasí a mohli jsme nejen sjezдовать na čerstvě napadaném sněhu, ale i uspořádat první předsezónní závody v paralelním slalomu pro děti i dospělé. Součástí sobotního programu je i Mikulášská nadílka.

Program

pátek:

- večer na uvítanou

sobota:

soutěžní dopoledne

- soutěže pro děti i rodiče
- soutěž o nejlepšího sněžnou sochu Mikuláše, čerta nebo anděla

závodní odpoledne

- Mikulášské závody ve slalomu (pro děti i rodiče)

Velká Mikulášská Večerní

- Mikulášská nadílka spojená s programem pro děti

neděle:

- hra o Mikulášský poklad pro děti
- volné dopoledne pro dospělé



Ubytování a stravování: 2 dny plná penze

Cena: viz ceník akcí

Jaro

Léto

Podzim

Zima

Otevření lyžařské sezóny

9.12. - 11.12.2011

Slavnostní otevření lyžařské sezóny 2010/2011.

O tomto víkendu je provoz vleku zdarma.

Cena: polopenze nebo plná penze viz ceník ubytování.

Vánoční pobyt

23.12.30.12.2011

Máte-li chuť strávit Štědrý den v zasněžených horách a užít si vánočních svátků na lyžích, máme pro vás jedinečnou možnost vyrazit na Modrý důl již 23. prosince. Slavnostní štědrovečerní večeře tu bude pro vás přichystána a s ní i stromeček pro Ježíškovou nadílku.

Cena: polopenze nebo plná penze viz ceník ubytování. Zvláštní příplatek za Štědrovečerní večeři.

Školení a doškolení lyžařských instruktorů

teoretická část 17.11. 2011

praktická část 02.01. - 08.01.2012

doškolení 6.1.-8.1.2012

TJ Spofa pořádá ve spolupráci se Svazem Lyžařů ČR školení a doškolení lyžařských instruktorů. Školení nových instruktorů se skládá z teoretické a praktické části.

Teoretická část se koná formou přednášek na FTVS UK. 17.11. 2011 od 8:30 do 16:00

Více informací o organizaci školení poskytne Klára Daďová (klara.dadova@tjspofa.cz)

Praktická část se koná v Modém dole 2.1.-8.1.2012

Doškolení (prodloužení platnosti kvalifikace) pro instruktory s platnou kvalifikací se koná v Modrém Dole 6.1.-8.1.2012

Cena: viz ceník akcí

Jaro

Léto

Podzim

Zima

Seznámení s carvingem

pro dospělé 13.1. - 15.1.2012
pro děti i dospělé 20.1-22.1.2012

V lednu budou mít v Modrém dole setkání příznivci carvingu. Nejprudší sjezdovky Modrého dolu a Pece pod Sněžkou jsou připraveny na ostře řezané stopy účastníků kurzu.



Naše nejlepší instruktorka carvingu **Jana Bucharová** připravila víkendovou akci pro dospělé zájemce o carvingové lyžování.

Program počítá s představením cviků na zdokonalování základních carvingových oblouků, funcarvingu i netradičního použití carvingových lyží v rámci

apré ski

„Apré ski je mezinárodně používaný termín, označující doplňkové aktivity lyžařů, poté co skončilo lyžování.“

Nenechte si ujít tuhle jedinečnou akci!
Nezapomeňte nabrousit hrany a přešetřit skluznice!

Skialpinistický víkend

20.1. - 22.1.2012

Víkendové setkání příznivců a zájemců o skialpinismus a skitouring je určeno všem, kdo si chtějí procvičit bezpečnostní postupy nezbytné pro zvládnutí neplánovaných situací v horách, i zájemcům, kteří mají zájem o vyzkoušení tohoto lyžařského sportu.

Program víkendu

1.den:

dopoledne

- seznámení se skialpinistickým vybavením
- rozježdění na vleku
- první výstup a sjezd v neupraveném terénu

odpoledne

- nácvik výstupu ve družstvu navázaném na laně podle možností i sjezd na laně
- jištění

večer

- teorie bezpečnostní a vyprošťovacích technik
- noční sjezd (při vhodných povětrnostních podmínkách)

2.den:

dopoledne

- ukázka a procvičení vyhledávacích a vyprošťovacích technik
- výlet po hřebenech Krkonoš, orientace v terénu



Lyžařská školka

termíny v kalendáři sezóny

Hledáte zajímavý program pro své děti, možnost jak je naučit lyžovat a zároveň si sami užít lyžování?

Lyžařská školka v Modrém dole je ideálním řešením.

Týdenní lyžařský kurz je určen pro děti od 4 do 12 let a jejich rodiče. Kurzy pořádáme od začátku února do konce března v klidném prostředí Modrého dolu v Krkonoších.

Modrý důl poskytuje návštěvníkům nejen jedinečný zážitek z okolní horské přírody, ale i vhodné terény pro výuku lyžování. Mírné svahy, pohodlný vlek a péče lyžařských instruktorů jsou garancí úspěšného zvládnutí lyžařské techniky i úplnými začátečníky.

Lyžařská výuka probíhá v družstvech na soukromé sjezdovce v těsné blízkosti ubytování účastníků kurzu. Výuka je každý den rozdělena do dopoledního a odpoledního bloku, během kterých se dětem a zájemcům z řad rodičů věnují instruktoři lyžování nebo snowboardu.



Naším cílem je naučit děti bezpečnému pohybu na lyžích, a proto se zaměřujeme zejména na procvičování rovnováhy, regulaci rychlosti (brždění), zatáčení a samostatnosti.

Vyvrcholením kurzu je závod ve slalomu o Modrodolský pohárek. Hlavní cenu získává vítěz a vítězka finálového závodu. Do finálového závodu postupují dva nejlepší závodníci a závodnice

v absolutním pořadí bez rozdílu věkových kategorií z postupového závodu konaného na závěr každého běhu kurzu Rodiče s dětmi.

Program kurzu

1. den – 5. den

dopoledne

- lyžařský výcvik 3 hod

odpoledne

- lyžařský výcvik 2 – 3 hod (3. den - odpočinkový půlden)

večer

- hry pro děti

předposlední den:

dopoledne

- postupový závod o **Modrodolský pohárek**

předposlední den:

odpoledne

- závod pro dospělé

večer

- maškarní

poslední den:

dopoledne

- odjezd

Jaro**Léto****Podzim****Zima****Cena kurzu zahrnuje**

ubytování s plnou penzí, dopravu autobusem z Prahy do Pece p. Sněžkou a zpět, vývoz/svoz zavazadel mezi Pecí p. Sněžkou a Modrým dolem při příjezdu a odjezdu, výuku lyžování, lyžařský vlek v Modrém dole, úrazové pojištění, rekreační poplatek MÚ Pec p. Sněžkou

Cena kurzu nezahrnuje

permanentky lyžařských vleků v Pecí p. Sněžkou

Ceny: viz ceník akcí

Kurzy Jarní prázdniny**termíny v kalendáři sezóny**

Lyžařský kurz je určen pro děti a mládež ve věku 10 -17 let. Výuka lyžování probíhá ve družstvech rozdělených dle výkonnosti na vlastní lyžařském vleku, popř. v lyžařské středisku v Pecí pod Sněžkou. Výuka je každý den rozdělena do dvou bloků. Večer je pro děti připraven doplňkový program formou her a společenské zábavy.

Výuka lyžování je zaměřena na procvičení techniky zatáčení na lyžích s důrazem na carvingový oblouk.

Vyvrcholením kurzů je finále závodu ve slalomu o **Modrodolský pohár**. Putovní cenu získává vítěz a vítězka finálového závodu. Do finálového závodu postupují tři nejlepší závodníci a závodnice v absolutním pořadí bez rozdílu věkových kategorií z postupového závodu konaného na závěr každého běhu kurzu Jarní prázdniny.

Program kurzu

1.den – 4 (5) den

dopoledne

lyžařský výcvik 3 hod

odpoledne

lyžařský výcvik 2 – 3 hod (3. den - odpočinkový půlden)

předposlední den:

dopoledne

postupový závod o Modrodolský pohár (1. kolo)

odpoledne

postupový závod o Modrodolský pohár (2. kolo)

poslední den:

dopoledne

odjezd

Cena kurzu zahrnuje

ubytování s plnou penzí, dopravu autobusem z Prahy do Pece p. Sněžkou a zpět, vývoz/svoz zavazadel mezi Pecí p. Sněžkou a Modrým dolem při příjezdu a odjezdu, výuku lyžování, lyžařský vlek v Modrém dole, úrazové pojištění, rekreační poplatek MÚ Pec p. Sněžkou

Cena kurzu nezahrnuje

permanentky lyžařských vleků v Pecí p. Sněžkou

Ceny: viz ceník akcí

Jaro

Léto

Podzim

Zima

Modrodolský Pohár

16.3. - 18.3.2012

Tradiční závod ve slalomu pořádaný na závěr lyžařských kurzů o jarních prázdninách je jedním z každoročních vrcholů zimní sezóny v Modrém dole. Závodu se mohou účastnit závodníci(e) mladší 18 let.

Závod se skládá z kvalifikačních kol, která se konají na závěr lyžařského kurzu „Jarní prázdniny“ a finálového závodu. Tři nejlepší závodníci a tři nejlepší závodnice v absolutním pořadí postupují z kvalifikačního kol do finále závodu o Modrodolský pohár.

Ceny: viz ceník akcí

Modrodolský Pohárek - otevřený závod pro děti

23.3. - 25.3.2012

Závod ve slalomu o Modrodolský pohárek je určen pro všechny děti do 12 let, s tím že, účastníci kurzů Lyžařské školky se mohou do závodu kvalifikovat dobrým umístěním v závodech pořádaných na konci každého kurzu.

Kvalifikace ze závodů pořádaných v rámci kurzů Lyžařské školky

Z každého kvalifikačního závodu, postupují do finále tři nejlepší závodníci a tři nejlepší závodnice v absolutním pořadí bez rozdílu věkových kategorií.

Ceny: viz ceník akcí

Závodníci kvalifikovaní ze závodů Lyžařské školky mají v době konání finálového závodu ubytování a stravování v Modrém dole zdarma.

Jaro

Léto

Podzim

Zima

Programový kalendář 2011/2012

| Termín | AKCE |
|--|--|
| 2011 | |
| VS | 23.09. - 25.09. Modrodolská drakiáda |
| | 21.10. - 30.10. Podzimní oddílová brigáda |
| | 02.12. - 04.12. Modrodolský Mikuláš |
| | 09.12. - 11.12. Otevírání lyžařské sezóny |
| HS 23.12. - 30.12. Vánoční pobyt | |
| SL 30.12. - 02.01. Silvestrovský pobyt | |
| 2012 | |
| VS | 02.01. - 08.01. Školení instruktorů lyžování pořádá SL ČR |
| | 06.01. - 08.01. Doškolení a setkání instruktorů lyžování |
| | 08.01. - 15.01. Pobytový týden |
| | 13.01. - 15.01. Carvingový a snowboardový víkend I. (víkend pro dospělé) |
| | 15.01. - 22.01. Pobytový týden |
| | 20.01. - 22.01. Carvingový a snowboardový víkend II. |
| | 20.01. - 22.01. Kam sjezdovky nevedou - Skialpinistický víkend |
| | 22.01. - 28.01. Pobytový týden |
| HS | 28.01. - 04.02. Pobytový týden (obsazeno) |
| | 04.02. - 11.02. Jarní prázdniny Praha 1 - 5 |
| | 11.02. - 18.02. Jarní prázdniny Praha 6 - 10 |
| | 18.02. - 25.02. Lyžařská školka 1 / Jarní prázdniny Praha východ-západ |
| | 25.02. - 03.03. Lyžařská školka 2 |
| | 03.03. - 10.03. Lyžařská školka 3 |
| | 10.03. - 16.03. Lyžařská školka 4 |
| | 16.03. - 18.03. Modrodolský pohár |
| VS | 18.03. - 23.03. Pobytový týden |
| | 23.03. - 25.03. Modrodolský pohárek |
| | 25.03. - 31.03. Pobytový týden |
| | 01.04. - 07.04. Pobytový týden (obsazeno) |
| | 04.04. - 09.04. Velikonoční lyžovačka |

Jaro**Léto****Podzim****Zima****Ceník 2011/2012****Ceny ubytování**

| ceny za osobu/den s DPH (Kč) | dospělý | dítě 3-12 let |
|------------------------------|---------|---------------|
| Hlavní sezona (HS) | | |
| ubytování s polopenzí | 530,00 | 355,00 |
| ubytování s plnou penzí | 620,00 | 410,00 |
| Vedlejší sezona (VS) | | |
| ubytování s polopenzí | 450,00 | 300,00 |
| ubytování s plnou penzí | 530,00 | 350,00 |
| Silvestr (SL) | | |
| ubytování s polopenzí | 795,00 | 530,00 |
| ubytování s plnou penzí | 930,00 | 620,00 |

10%
KPMD**sleva cen
ubytování**πρiτολαση
εισλα cen*Sleva cen ubytování pro členy Klubu přátel Modrého dolu 10%.***Termíny sezón**

| | |
|-----------|--|
| HS | Hlavní sezóna: 23.12.2011 - 29.12.2011 ; 28.1.2012 - 18.3.2011 |
| VS | Vedlejší sezóna: do 23.12.2011 ; 3.1.2012 - 27.1.2012 ; od 19.3.2011 |
| SL | Silvestr: 30.12.2011 - 2.1.2012 |

Jaro**Léto****Podzim****Zima****Ceny kurzů a akcí****Jarní prázdniny**

| Cena za kurz s DPH (Kč) | dorost 10 - 17 let |
|------------------------------|--------------------|
| Kurz jarní prázdniny - 6 dní | 4 320,00 |
| Kurz jarní prázdniny - 7 dní | 4 830,00 |

Lyžařská školka

| Cena za kurz s DPH (Kč) | dospělýdítě | dospělý | dítě 3-12 let |
|-------------------------|-------------|----------|---------------|
| Lyžařská školka - 5 dní | 8 320,00 | 4 720,00 | 5 270,00 |
| Lyžařská školka - 7 dní | 11 255,00 | 5 315,00 | 5 940,00 |

Víkendové kurzy a akce

| Cena za den s DPH (Kč) | dospělýdítě | dospělý | dítě 3-12 let |
|------------------------|-------------|---------|---------------|
| Snowboard víkend *) | | 968,00 | 768,00 |
| Skialpinistický víkend | | 968,00 | |
| Carvingový víkend | | 790,00 | |
| Modrodolský Mikuláš | 880,00 | 530,00 | 350,00 |

*) dítě 8-12 let

Sleva cen kurzů a akcí pro členy Klubu přátel Modrého dolu 7%



Jaro

Léto

Podzim

Zima

Přihlášky a rezervace

e-mail: info@tjspofa.cz

tel: 604 600 789 (**v pracovní dny 14h - 17h**)

http: rezervační formulář na www.tjspofa.cz

Prosíme Vás o respektování pracovní doby pro telefonický kontakt.

Jaro

Léto

Podzim

Zima

Lyžařský oddíl

Brigády v Modrém dole

21. - 30.10.2011

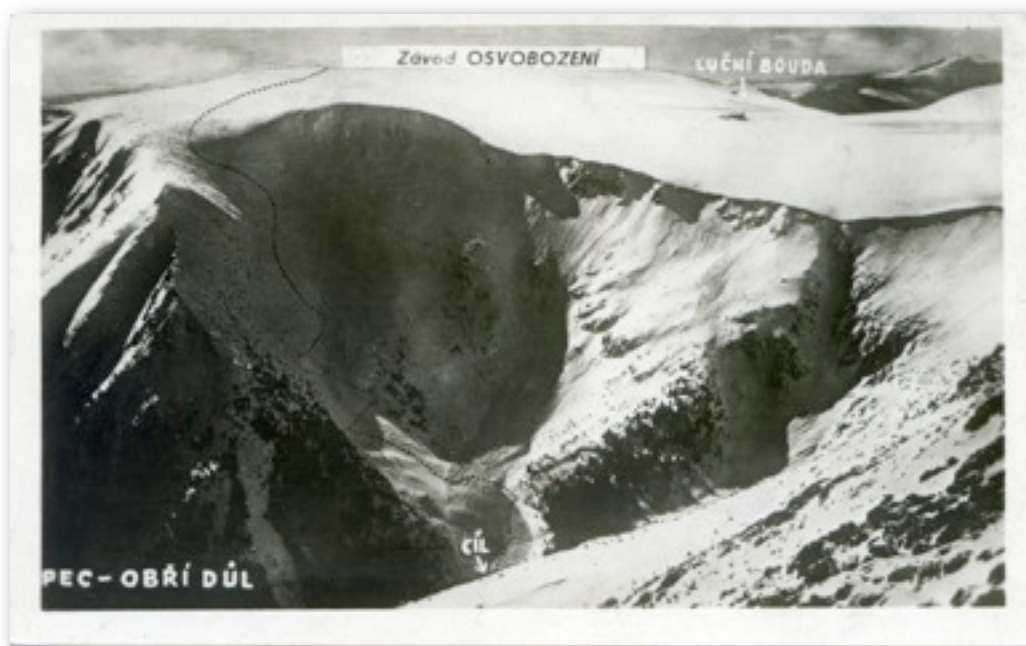
Podobně jako v loňském roce je hlavní oddílová brigáda naplánována na celý týden včetně dvou víkendů. Což usnadňuje plánování prací a dovozu materiálu. Brigádníci si mohou vybrat v kterém termínu se chtějí a mohou zúčastnit.

Hlavní práce:

- opravy a malování interiérů chat
- stavba vleku
- úklid

Zájemci o brigádu hlase se přes web rezervaci nebo na e-mail: info@tjspofa.cz

Za dvoudenní brigádu den pobytu ZDARMA! Platí i pro nečleny lyžařského oddílu.

Pohlednice z Krkonoš

Pohled do Obřího dolu a na Studniční horu s vyznačenou trasou lyžařského závodu Osvobození



Pec pod Sněžkou se Studniční horou v pozadí

Staňte se členy Klubu přátel Modrého dolu



Klub přátel Modrého dolu zřizuje TJ Spofa Praha pro účastníky akcí a kurzů pořádaných TJ Spofa.

Cílem klubu je vyhledávat možnosti dalšího sportovního a rekreačního využití Modrého dolu a zároveň přispět k ochraně a péči o jeho přírodu.

Co získáváte?

- ✓ možnost aktivně se podílet na činnosti klubu a přispět k organizaci klubových akcí
- ✓ informace o akcích pořádaných (pro) členy Klubu přátel Modrého dolu
- ✓ informace a pozvánky na akce pořádané TJ Spofa Praha
- ✓ slevu na pobyty a akce pořádané TJ Spofa Praha
- ✓ výhodné ceny pobytu v Modrém dole v letním období

Základní podmínky členství

- ✓ Členem Klubu přátel Modrého dolu se může stát každý, kdo se zúčastní v rámci jednoho sezónního roku placeného týdenního kurzu nebo šesti dní pobytu v Modrém dole.
- ✓ Členství je prodlouženo na další sezónní rok zaplacením minimálně pěti dnů pobytu v Modrém dole v běžném roce.

Další informace o Klubu přátel Modrého dole naleznete na našich internetových stránkách

www.modrydul.cz

nebo nás můžete kontaktovat prostřednictvím e-mailové schránky

kpmd@tjspofa.cz