



ŠPORTNO DRUŠTVO

SNOWBOARDERSKI POZDRAV!

V sezoni 2009/10 bodo vse enote kondicijske vadbe potekale v športni dvorani ŠD GIB Šiška na Drenikovi 32. Vadba v telovadnici bo potekala od srede 2. septembra do četrтка 27. maja.

URNIK KONDICIJSKE VADBE

dan	čas
ponedeljek	19.30 - 21.00
sreda	19.30 - 21.00
četrtek	20.00 - 21.30

Ker se je potrebno za vadbo v športni dvorani preobleči in preobuti v športno opremo, priporočamo da prihajate na vadbo 5 do 10 minut pred pričetkom!

OPREMA

Za vadbo potrebujete običajno TELOVADNO OPREMO, kot so majica, kratke hlače ali trenirka. V gimnastični dvorani obuvala niso obvezen del opreme oz. je zaradi varnosti priporočljivo da ste bosí.

TEHNIČNA VADBA NA SNEGU

Na snegu se učimo vseh zvrsti in tehnik deskanja od FREERIDE-a do FREESTYLE-a, kjer se manj izkušeni oz. začetniki srečate s prvimi koraki na deski in z napredovanjem v tehniki preidete do vrhunskih oblik deskanja po snowboard parkih doma in v svetu. Vadba poteka pod strokovnim vodstvom vrhunsko usposobljenih, mednarodno priznanih učiteljev in trenerjev deskanja na snegu.



ŠPORTNO DRUŠTVO

SNOWBOARD CAMPI

Tudi v sezoni 2009/10 smo za vas pripravili skupne večdnevne kampe tako doma, kot v tujini. Že tradicionalno se bomo v času jesenskih počitnic odpravili na enega od bližnjih ledenikov Kaprun, Dachstein ali Hintertux (odvisno od snežnih in drugih razmer, predvsem pa od urejenosti snežnega parka).

V času božičnih počitnic načrtujemo izvedbo kampa v Laax-u (SUI), med zimskimi počitnicami bomo odšli v snowboard park, ki bo v tem času najbolj urejen in prav tako kot preteklo sezono, bomo tudi v spomladanskem in poletnem času obiskali katerega od snežnih parkov v Evropi, ki bodo ta letni čas najbolj urejeni.

SLOVENSKA SMUČARSKA VOZOVNICA

Tehnični treningi in tekmovanja potekajo v večji meri na smučiščih po Sloveniji, zato vam omogočamo nakup SEZONSKE VOZOVNICE ZA VSA SLOVENSKA SMUČIŠČA, ki jo lahko naročite le preko društva ob plačilu članarine SZS - Modra kartica, po uradnem ceniku združenja slovenskih žičničarjev - GIZ, s priloženo sliko in osebnimi podatki v novembru 2009.

SNOWBOARD OPREMA

Kot članu kluba Nič Lažjega vam nudimo možnost brezplačne izposoje in nastavitve opreme za deskanje na snegu. Pri nakupu pa vam omogočamo različne ugodnosti različnih proizvajalcev in ponudnikov snowboard opreme, ter vam svetujemo in pomagamo pri izbiri.

ČLANSTVO

Član kluba Nič Lažjega postanete z izpolnjeno prijavnico, ki jo najdete na spletni strani www.niclazjega.com in s plačano letno članarino.

UGODNOSTI ČLANOV



ŠPORTNO DRUŠTVO

Popusti pri nakupu opreme v trgovinah Cartride, Madness, Kampic shop, ...



ŠPORTNO DRUŠTVO

CENIK 2009/10:

ČLANARINA

Letna članarina je 45 EUR. V to ceno je vključena tudi registracija pri nacionalni panožni zvezi - Smučarska zveza Slovenije v kombinaciji z Malo modro kartico, ki jo ta organizacija (SZS) pogojuje. Info: www.modrakartica.com

KONDIICIJSKA PRIPRAVA

Vadba	Mesečna vadbina	1. triada sep, okt, nov	2. triada dec, jan, feb	3. triada mar, apr, maj
1 x tedensko	50	150	150	150
2 x tedensko	80	235	235	235
3 x tedensko	100	280	280	280

TEHNIČNI TRENINGI NA SNEGU

Cena dnevne vadbene enote v skupini je 20 EUR, kamor ni všteta cena prevoza in smučarske vozovnice. Seveda pa vam bomo, kot vsako leto, ponudili tudi različne pakete ENO IN VEČ DNEVNIH IZLETOV ter SNOWBOARD CAMP-ov, kamor sodi tudi organiziran prevoz, smučarska vozovnica, prenočišče, hrana...

Vse finančne obveznosti je možno poravnati na treningu ali z nakazilom na tekoči račun Športnega društva NIČ LAŽJEGA Obirska 7, 1000 Ljubljana, ID za DDV : SI 68576668, trr : SI56 0201 3025 6731 562

Info: www.niclazjega.com

E-mail: klub.nic.lazjega@gmail.com

GSM : 00386 41 883 199 Tadej Žvikart

00386 31 348 778 Luka Krajnc

00386 40 455 345 Matej Voros