***"Laiks Piespēlei" nometnes info (26.-30.12.2022.)***



*Ar****šo aprakstu sniedzam jums plašāku****informāciju par gaidāmo* ***Raimonda Miglinieka***

***"Laiks Piespēlei" ikgadējo ziemas diennakts*** *nometni 2022. gadā.*

**Raimonds Miglinieks un “Laiks Piespēlei” komanda**, šogad decembra mēnesī Valkā organizēs jau tradicionālo - **specializētās basketbola diennakts nometni: "Laiks Piespēlei",**kura norisināsies no **26. līdz 30. decembrim**, dalībniekiem, kuri dzimuši **2007. – 2011. g.**

***Kam plānota ir nometne?***

Nometnē piedalās LJBL **dalībnieki, kuri ar basketbolu nodarbojas nopietni un ikdienā pārstāv kādu no jauniešu basketbola klubiem**. Treniņu process norisināsies **divās dažādās vecuma grupās:** **U 13-15** (2009. – 2007. dz.g.) un **U 11-13** (2011. – 2009. dz.g.).  Maksimālais dalībnieku skaits vienā nometnē - 40 basketbolistu.

***Kāda būs programma, kas plānots nometnē?***

Programma ir vērsta, lai uzlabotu katra dalībnieka individuālo basketbola tehniku, rastu pārliecību par savām spējām un radīt priekšstatu par nepieciešamajām rakstura īpašībām, lai gūtu panākumus basketbola laukumā neatkarīgi no auguma un vecuma.

Dalībniekiem paredzēta **piecu dienu nometnes programma**, kur treniņos tiks pilnveidota basketbolista **individuālās tehnikas elementi** (dribls, piespēle, metiens), **fiziskās sagatavotības** (ātrums, veiklība un koordinācija) nianses, tādējādi **sekmējot katra spēlētāja izaugsmi un progresu!**

***Kādi treneri piedalīsies nometnē?***

1) **Galvenais treneris –** **Raimonds Miglinieks** (vada visus basketbola treniņus nometnes laikā);

2) Ilggadējais jaunatnes **“Basketbola Klase” treneris** (FIBA FECC kategoriju ieguvušais) - **Kristaps Kozlovskis;**

**Dalību nometnē kā vieslektori apstiprinājuši:**

* **Gundars Vētra – Latvijas sieviešu izlases galvenais treneris;**
* **Raimonds Feldmanis – Latvijas 3x3 izlases treneris (Tokijas olimpisko spēļu čempions);**
* **Agris Galvanovskis –**  Latvijas **jaunatnes izlašu treneris (kurators)**, Latvijas izlases U16 galvenais treneris (2023. g.);

***Sadzīves apstākļi - ēdināšana, dzīvošana, u.c.?***

**Nometnē tiks nodrošināta** ēdināšanu četras reizes dienā kafejnīcā “Sprints”, dzīvošana renovētajā (2019.g.) Valkas sporta internātā, treniņi notiks Jāņa Cimzas ģimnāzijas plašajā sporta zālē.  
  
***Papildus:*** a) Visi nometnes dalībnieki tiks apdrošināti **(AS BALTA)** pret nelaimes gadījumiem;  
 b) Dalībniekiem tiks sarūpēts nometnes krekls un dāvanu kartes **(“Sporta Bode”)**.

***ŠOBRĪD ir sākusies PIETEIKŠANĀS ziemas "LAIKS PIESPĒLEI” DIENNAKTS nometnei!***

**LŪDZU, NEKAVĒJATIES AR PIETEIKŠANOS, LAI SAGLABĀTU KVALITĀTI TRENIŅU PROCESĀ MUMS IR LIMITĒTS DALĪBNIEKU SKAITS! Novembra mēnesī piesakoties uz “Laiks Piespēlei” nometni PRIORITĀTE ir bijušajiem nometņu dalībniekiem!**

**SVARĪGI!** Vecāki, kuri saņems **SMS** **APSTIPRINĀJUMU Whatsappā (no 05.12.)** par DALĪBNIEKA uzņemšanu nometnē, tiks iekļauti nometnes dalībnieku sastāvā un jums tiks REZERVĒTA vieta “Laiks Piespēlei” nometnē! Pēc apstiprinājuma (līdz 19.12.2022.) Jums tiks nosūtīts līgums un apmaksas kārtība!

**ATGĀDINĀM, ka dalībnieki, kuri ir bijuši uz kādu no iepriekšējām “Laiks Piespēlei” nometnēm (2019.-2022.), saglabā PRIORITĀTI uz vietu nometnē PIETIEKŠANĀS BRĪDĪ!**

***DALĪBAS MAKSA****:*

* “Laiks Piespēlei” dalības maksa: **350.00 eur.**;

**Vai kaut kur var redzēt nometnē notiekošo?**

Lai rastu priekšstatu par nometnē notiekošo, aicinām apmeklēt mūsu **FACEBOOK** (“Laiks Piespēlei”) vai **INSTAGRAM**(“laiks\_piespelei”) kontus, kuros jūs varēsiet redzēt un novērtēt visas mūsu aktivitātes.

***KĀ NOTIEK PIETEIKSĀNĀS uz "Laiks Piespēlei" nometni?***

**Piesakoties uz ziemas nometni** (rakstam uz Whatsapp (26722478, Kristaps) īsziņu vai e-pasts: laiks\_piespelei@inbox.lv) pretendentam jāsniedz sekojošs **APRAKSTS** (informācija par sevi) minot:

1.Vārds Uzvārds;

2. Vecums (dz.g.);  
3. Dalībnieka augums cm (kreklam);  
4. Basketbola komandas nosaukums, kurā viņš trenējas/spēlē;  
5. Trenera Vārds Uzvārds, kontakttālrunis;  
6. Vai ir bijis uz kādu no iepriekšējām "Laiks Piespēlei" nometnēm? Kurām?

**Jebkuras informācijas saņemšanai, droši zvaniet: +371 26722478 (Kristaps, *“Laiks Piespēlei”* nometnes vadītājs)**  
  
Turpini PILNVEIDOTIES, ATTĪSTIES, un KĻŪT LABĀKS ar katru treniņa dienu!  
**ar cieņu,Raimonda Migliniekanometnes "Laiks Piespēlei" komanda**e-pasts: laiks\_piespelei@inbox.lv

**seko: *FACEBOOK lapai*** - Laiks Piespēlei ***INSTAGRAM*** - laiks\_piespelei