

GLADIATOR RACE TEAMSPIRIT

PALESTRA[®]
Vysoká škola tělesné výchovy a sportu



NOVÝ KONCEPT, NOVÝ ZÁVOD

TERMÍN: pátek 14. 10. 2022

START PRVNÍHO TÝMU: 16:30 hod.

MÍSTO: Přírodní park Čihadla, Černý most, Praha 14

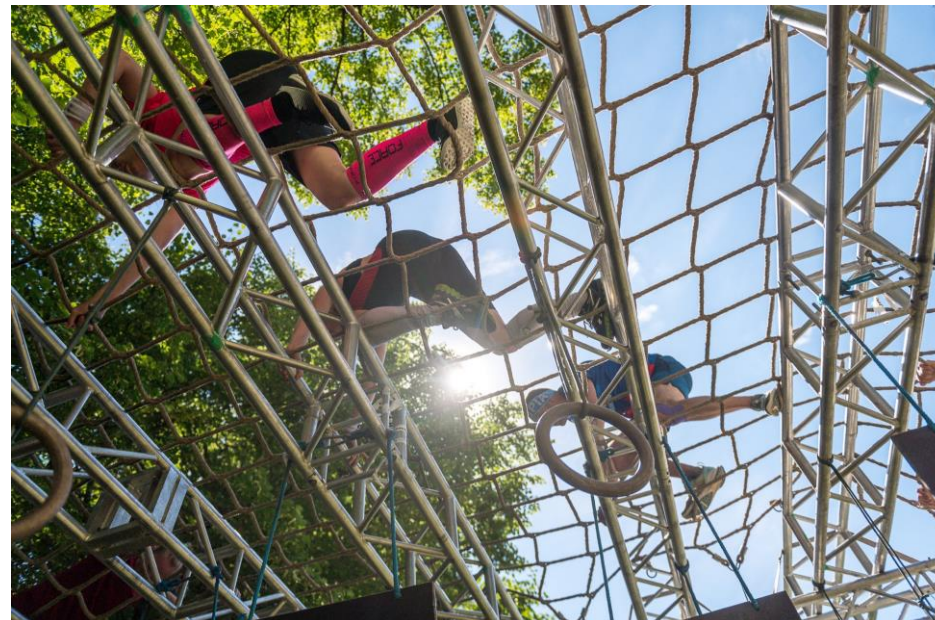


GLADIATOR RACE TEAMSPIRIT

- GLADIATOR RACE TEAMSPIRIT je nová, originální výzva pro čtyřčlenné firemní týmy nebo pracovní kolektivy.
- Společné překonávání překážek spolehlivě prověří týmovou spolupráci a garantuje spoustu silných zážitků.
- Týmy čeká 2-3 km trať s více než dvanácti, převážně týmovými překážkami. Závod je zasazený do přírodního parku Čihadla s cílem ve stylovém Počernickém pivovaru.
- V cíli je připravena pro všechny účastníky společná večeře formou rautu. Celá akce je ideální k posílení týmového ducha a zlepšení týmové spolupráce.
- Vedle posílení týmového ducha jde ale i o vítězství - ať už celkové, nebo v kategoriích podle oblasti podnikání.
- Nejen že můžete postavit svůj nejlepší tým, můžete vyzvat své kolegy z firmy na soutěž a také můžete vyzvat týmy své konkurence, abyste se utkali při GLADIATOR RACE TEAMSPIRIT.



BUĎTE SOUČÁSTÍ FENOMÉNU PŘEKÁŽKOVÝCH ZÁVODŮ V PRAZE



CO OČEKÁVAT?

- Spoustu emocí a zábavy při společném překonávání překážek.
- Trať a překážky legendárního závodu Gladiator Race jsou výrazně přizpůsobeny týmovému pojetí tak, aby prověřili Vaši spolupráci a týmového ducha.
- Kratší, ale komplexní test fyzické a psychické odolnosti týmů - délka závodu je 2-3 km s 10 + překážkami.
- Čtveřice bojovníků postupně překonává společným úsilím jednotlivé překážky. Dobrá týmová spolupráce a komunikace je důležitým prvkem pro postupné překonávání překážek z nichž některé, jsou koncipovány tak, aby je bylo možné zvládnout pouze společně.



PROFESNÍ KATEGORIE

Rozdejte si to na překážkové trati GLADIATOR RACE TEAMSPIRIT



VYZVĚTE SVÉ KOLEGY

- Nejlepší tým z vaší firmy?
- Soutěž poboček nebo jednotlivých oddělení?
- Závěrečný raut v Počernickém pivovaru?
- Páteční odpoledne a večer společně?
- To vše a mnoho dalších důvodů najdete pro registraci více týmů. Věřte, že si budete mít ve firmě dlouho co vyprávět o potřebě týmového ducha při překonávání překážek i v běžném pracovním životě.
- Při registraci tří a více týmů se nás zeptejte na výši samostatné vyhlášení v rámci vaší firmy a také na výši startovného dalších přihlášených týmů ...

VYZVĚTE NA SOBOJ KONKURENCI Z JINÝCH FIREM

- Nejlepší tým z vaší firmy?
- Soutěž poboček nebo jednotlivých oddělení?
- Závěrečný raut v Počernickém pivovaru?
- Páteční odpoledne a večer společně?
- To vše a mnoho dalších důvodů najdete pro registraci více týmů. Věřte, že si budete mít ve firmě dlouho co vyprávět o potřebě týmového ducha při překonávání překážek i v běžném pracovním životě.
- Při registraci tří a více týmů se nás zeptejte na výši samostatné vyhlášení v rámci vaší firmy a také na výši startovného dalších přihlášených týmů ...

PŘÍPRAVA NA ZÁVOD

Přihlaste svůj tým a my vám pomůžeme s přípravou

VÝŽIVOVÉ PORADENSTVÍ

- Každý tým, který se přihlásí, dostane k dispozici výživového poradce z řad studentek a studentů VŠTVS PALESTRA, bakalářského programu Výživové poradenství a sportovní diagnostika
- Studenti vám pomohou s přípravou jídelníčku, můžete s nimi konzultovat své stravovací nároky
- V rámci poradenství můžete využít měření složení těla na přístroji In Body zdarma
- Závodníkům nabízíme za zvýhodněnou cenu (1 120,- Kč) v rámci startovního vyšetření metodou spiroergometrie, ze kterého dostanete odpovědi nejen na otázky týkající se vhodné intenzity zátěže (www.inbody.webnode.cz)

TRÉNINKY V ZÁŘÍ A V ŘÍJNU NA ČIHADLECH

- Budete si chtít prohlédnout místo startu, trasu i doběh?
- Chcete si zkusit, co vás na trati bude čekat?
- Chcete se jen po letním měsících protáhnout a vracet se do kondice?
- Plánujeme společné tréninky na Čihadlech, tam kde budete v polovině října soutěžit.

DŮLEŽITÉ INFORMACE

- Prezence do závodu je v centru závodu Gladiator Race, tj. budova „Plechárna“ (www.plecharnacernymost.cz) v pátek 14.10. od 15:30 do 16:30 hodin. K dispozici jsou šatny, úschovna zavazadel, WC, kavárna).
- Intervalový start závodu je v těsné blízkosti budovy „Plechárna“ v čase 16:30 – 17:30 hodin.
- Cíl závodu je v objektu Počernického pivovaru (www.pocernickypivovar.cz).
- V cíli závodu je k dispozici: šatna, WC, sprchy, restaurace, parking.
- Transport zavazadel s civilním oblečením ze startu do cíle zajišťuje pořadatel.
- Dopravu na start doporučujeme metrem (trasa B, stanice Černý most), dopravu po skončení akce doporučujeme MHD (zastávka vlaku Praha Dolní Počernice).

