Zápis

z 25. stretnutia RC Nitra dňa 19. marca 2018 v penzióne Artin, Nitra

Prítomní : A. Havranová, A. Tóth, I. Košalko, M. Svoreň, M. Poništ, J. Stoklasa, Ľ. Holejšovský, K. Pieta, P. Galo, E. Oláh, D. Hetényi, R. Plevka, L. Gáll

Hostia : Zuzka Pietová

Ospravedlnení : P. Szabo, D. Peskovičová, K. Lacko-Bartoš, P. Graffenau, J. Dóczy, L. Tatar, M. Waldner, G. Tuhý, V. Miklík , L. Hetényi, J. Jakubička

Stretnutie otvorila Anka Havranová, prezidentka klubu.

Prednáška: Ing. Mgr. Peter Kuračka, športový psychológ, kouč : http://www.sportovypsycholog.sk/

V športovej oblasti : podpora výkonnosti, podpora radosti a pocitu naplnenia

Do 12 rokov je hlavnou úlohou podporiť záujem detí o šport.

Spolupráca hráč, tréner, rodič

Filozofia práce s maldými – výkonová oblasť, osobnostný rozvoj, zlepšovanie vzťahov

Tréning psychických schopností: sebapoznanie, ciele, stres, koncentácia, sebadôvera, ...

Práca s psychikou : 2 základné cesty – Kognitívna reštrukturalizácia a Mindfulness prístup





1. Pripomíname spoločný výlet do Telča a Českého Krumlova. Termín na prihlásenie : 31.3.2018 u Tonka Tótha : 0903667973, e-mail.: ingantontoth@gmail.com, alebo 0903721086 e-mail.: ladislav.gall@gmail.com.

Plánovaný 3 dňový zájazd (dve noci) pri príležitosti 100. výročia založenia Československej republiky. Trasa : Telč – Český Krumlov. Termín 1.6. – 3.6.2018 (piatok až nedeľa) Oslovíme aj RC Harmony.

***Doprava:*** *klimatizovaný autokar z Nitry (do Nitry), 50 miestny, bežná zájazdová výbava: monitor, DVD prehrávač, mikrofón, chladnička, nápoje podľa želania*

***Ubytovanie:*** *3\*\*\* hotely: v blízkosti Telče alebo v Jindřichovom Hradci, České Budejovice,*

*2-lôžkové izby s príslušenstvom, raňajky*

***Program :***

***1.6.2018 (piatok)***

*Odchod o cca 8.00 hod. Nitra –* ***Brno****. Pobyt v Brne cca 4 hodiny –* ***Planetárium****,* ***záhrada Villy Tugendhat, pamiatka UNESCO***

*Brno –* ***Třebíč****. Pobyt v Třebíči cca 2h – prehliadka pamiatok UNESCO (****Židovská štvrť)***

*Tŕebíč –* ***Telč****. Stretnutie s Rotary klubom Telč – navrhujeme Šiškův Mlýn alebo U Švejka, príp. Pod Věží*

*Ubytovanie a nocľah.*

***2.6.2018 (sobota):***

*Raňajky, odchod o cca 8.30 hod.*

*Telč –* ***Holašovice****. Pobyt v Holašoviciach. Prehliadka dediny zapísanej v zozname kultúrneho dedičstva UNESCO – juhočeská dedina s barokovými sedliackymi domami, ukážkami remesiel.*

*Holašovice –* ***Český Krumlov****. Pobyt v Českom Krumlove, prehliadka zámku a parku, os. voľno v meste, stretnutie s Rotary klub Č. Krumlov.*

*Odchod do hotela v Č. Budejoviciach, ubytovanie, nocľah.*

***3.6.2018 (nedeľa):***

*České Budějovice – Zlatá Koruna. V* ***Kláštore Zlatá Koruna*** *pobyt cca 1,5h – prehliadka.*

*Zlatá Koruna –* ***Lipno nad Vltavou****. Prechádzka v korunách stromov.*

*Odchod na Slovensko cez Rakúsko*

*Príchod do Nitry o cca 21.00 hod*

*Zájazd bude sprevádzaný kvalifikovaným sprievodcom v CR. Klienti pred odchodom na zájazd obdržia pokyny k zájazdu zahrňujúce výšku vstupov, adresy ubytovaní a vôbec všetko, čo k pobytu potrebujú + propagačný materiál k jednotlivým mestám.*

***Cena na osobu : 165,- EUR***

*V cene zahrnuté: doprava, služby sprievodcu, 2x ubytovanie s raňajkami, podklady k zájazdu*

1. Oslavy 100. výročia vzniku Československa. Predstava RC Harmony, chce dať oslavám dištriktný rozmer. Stretnutie s RC Harmony, oslavy v Topolčiankach. Októbrový termín, 13. októbra 2018.
2. Dňa 25.3.2018 o 17.30 hod., Synagóga, Jarný koncert Henrich Tatar a Junko Kinoshita Tatar
3. Dňa 14.4.2018 sadenie stromčekov na Duchonke, Kulháň. Prihlásení cca 14 členov klubu. Organizáciu upresníme.
4. Predstavenie DAB – Ľudia, miesta, veci dňa 23. mája 2018. Organizujeme aj pre iné kluby.
5. Pozvánka na dištriktnú konferenciu, Anka poslala pozvánku, program a možnosti ubytovania.
6. Potvrdenie o dobrovoľníckej činnosti v RC Nitra, možnosť zvýšiť podiel z dane z príjmov pre klub na 3 %.
7. Prezliekacie skrinky pre Internátnu školu Čermáň, M. Svoreň zabezpečí
8. Dňa 26.3.2018, prednáška M. Klus, Aktuálne zahranično – politické udalosti, RC Banská Bystrica
9. Dňa 10. 9. 2018 prednáška Matej Tóth, olympionik.

Anna Havranová, prezidentka Rotary club Nitra 2017/2018

