

TJ Slavia Liberec, oddíl plavání

POKYNY PRO ÚČASTNÍKY ZIMNÍHO SOUSTŘEDĚNÍ – MÍSEČKY 2019

Termín konání: středa 2.1.2019 – úterý 8.1.2019

Místo konání: Krkonoše, Horní Mísečky, Jilemnická bouda
Ubytování je na 4-8 lůžkových pokojích vždy s vlastním soc. zázemím.
K dispozici máme mimo jiné klubovnu, lyžárnu se samostatně uzamykatelnými boxy....

Cena : Cena soustředění je **4200,- Kč**. V ceně je zahrnuto ubytování,
Stravování - plná penze včetně svačin, pitný režim,
odborné vedení.

Soustředění je o celý den a noc delší nežli v roce 2018 a také došlo ke zdražení služeb ze strany Jilemnické boudy.

Cena neobsahuje případné individuální náklady které nemohl organizátor předpokládat (např. léky)

Cena NEZAHRNUJE dopravu



Platební podmínky: záloha **1500 Kč** nejpozději do **20.11.2018**
doplatek **2700 Kč** nejpozději do **20.12.2018**

Platbu preferujeme převodem na účet na účet TJ č. **980 989 319 / 0800**.

V.S.20190102, do poznámky jméno účastníka.

Prosíme o dodání kopie příkazu k úhradě trenérům jednotlivých družstev nejpozději 20.11. respektive 20.12 nebo přímo na email predseda@slli.cz

Storno podmínky : Nedostaví –li se dítě na soustředění, je nám ze strany ubytovacího zařízení účtováno storno 1.500,- Kč.

Vedoucí kurzu: Ing.Petr Kořínek, predseda@slli.cz, mob. 603 864 491
Mgr.Monika Jinochová, monika.jinochova@centrum.cz, 777 598 780

Odjezd: **Sraz účastníků Na rybníčku 2.1.2019 v 10,30 h**

Příjezd: Předpokládaný příjezd – úterý 8.1. cca 12:00 hod. V případě velmi příznivých sněhových podmínek 16:00h. Upřesnění času příjezdu bude při odjezdu, nebo na telefonním čísle 603 864 491 - raději SMS.

Upozornění: ***Před odjezdem odevzdají děti rodič potvrzený formulář o bezinfekčnosti, zdravotním stavu, plnou moc pro vedoucí !***
Vše ke stažení na <http://www.slli.cz/ke-stazeni> .

Vezmi s sebou:



Vybavení na běžky – lyže, hole, boty na běžky *!vše v dobrém technickém stavu!* **vosky, odstraňovač vosků, hadr, korek, 2 řemínky, malý bat'ůžek !na obě ramena!** (na věci na celodenní výlet), lahev na pití (např. cyklo).

MASKA NA KARNEVAL

Oblečení na cestu:

Sportovní bunda, teplá bunda, zimní kalhoty, zimní boty, čepice, rukavice, šála.

S sebou potřebuješ:

Na soustředění se věnujeme hlavně běžeckému lyžování. U menších dětí nácviku základních technik u větších se již jedná o kondiční přípravu. V případě nepříznivých sněhových podmínek přijde na řadu běh a turistika.

S sebou vezmi dle vlastního uvážení – šust'áková souprava, bunda lehká s kapucí, 2x kalhoty na běžky, tepláky, 3x ponožky + 3x ponožky do bot na běžky, 2x funkční prádlo spodky+triko, rolák, prádlo, tričko, 2x čepice, 2x rukavice, pyžamo, ručník, toaletní potřeby, krém na opalování, sluneční brýle, krém na obličej do špatného počasí a jelení lůj na rty. **BAČKORY.**

Šicí potřeby, psací potř., tréninkový deník, stolní hry, čtení, maska na karneval na lyžích.

Kapesné asi 200,-- svačina na 1 den, začínáme večerí.

Co nepotřebuješ:

Veškeré elektronické přístroje (telefony, tablety, hry ...). Vše si berou děti na vlastní nebezpečí! **NEJLÉPE VŮBEC NEBRAT.**

NEZAPOMEŇ KARTIČKU ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNY (stačí kopie)

Za TJ Slavia Liberec, plavecký oddíl
Ing.Petr Kořínek

