

LETNÍ SOUSTŘEDĚNÍ

2. 3. a 4. třída HC Stadion Litoměřice



Místo: Doksy – Poslův mlýn (<http://www.posluvmlyn.cz>)

Doprava: tam i zpět individuální

Termín: 6. – 13. 8. 2011 (sobota -> sobota, tedy 7 nocí)

Ubytování: 3 až 5-lůžkové pokoje v budově „D5“

Strava: baštit budeme v místě v hlavní velké jídelně (snídaně, svačina, oběd, svačina, večeře).... jídla bylo vždy dost a přídávky na požádání nebyl žádný problém

Cena: 2.000,- Kč (7x strava + ubytování = 1.750,- Kč + 250,- Kč na odměny, diplomy, limo, zmrzku, ...) – poukaz je třeba **uhradit do 30. 4. 2011** převodem nebo vkladem hotovosti na bankovní účet týmu:

Komerční banka v LTM č. ú. : 43-2852070227/0100 (variabilní symbol - r.č. dítěte)

Dění: jsme sportovci, takže pořád budeme někde v pohybu a venku, trénovat obratnost, rychlost, vytrvalost, sílu, pohyblivost, hrát hry v lese, které jsou všude kolem, hrát míčové i jiné hry (třeba i noční pro statečné), jezdit na kolech po okolních lesních cestách (**nezapomeňte si každý přivést své seřízené kolo s sebou i s cyklistickou přílbou**), uděláme si táborák(y) s kytarou, budeme se koupat v místním přírodním koupališti a vůbec si těch pár dní společně zase pořádně užijeme!!!

Příjezd: Přijedete po silnici č. 38 směrem od Zahrádek u ČL, projedete kolem Doks, pokračujete dál směrem na Ml. Boleslav, přejedete viadukt nad železniční tratí a na první odbočce zahnete vlevo (nesmíte vjet až do obce Obora). Po cca 300m přijedete přímo k rekreačnímu středisku „Poslův mlýn“.











Ubytování je skutečně moc pěkné, vše včetně sociálek, je po rekonstrukci. Bydlet bychom měli znovu v budově č. D5



Soustředění - instrukce pro rodiče



I. Příjezd (převzetí dětí od rodičů):

Doksy - Poslův mlýn, sobota 6. 8. 2011 v 11:00 hod. (před obědem, na který půjdeme s dětmi již společně ve 12:00 hod.)

II. Kdo se o Vaše děti během pobytu bude starat?

Marcel Kříž – trenér

Ota Beran - vedoucí mužstva

Radek Plos - trenér a t. č. zdravotní "bratr"

Radek Sluka – trenér brankářů

III. Ubytování

- kluci i my budeme ubytováni v budově D5 (stejně jako v Ioni) ve 3-5-lůžkových pokojích s kompletním ložním prádlem. Během pobytu budeme dbát na úklid, abychom pořádek udrželi alespoň v mezích. 😊

IV. Co předat trenérům při příjezdu? (převezme si Radek P.)

- 1) Okopírovaný průkaz zdravotní pojišťovny dítěte
- 2) Zdravotní a očkovací průkaz dítěte
- 3) Pokud jsou, pak písemný seznam léků dítěte + jejich přesné dávkování
- 4) Pokud jsou, pak písemný seznam všech alergií dítěte či jiných omezení
- 5) Telefonní kontakt na jednoho z rodičů (pro sichr)
- 6) Plavec/Neplavec?
- 7) Případný počet osob na přespání viz. bod VIII.

V. Co s sebou klukům mj. určitě zabalit?

- sportovní oblečení a obuv vhodnou pro běhání po hřišti, obuv do lesa
- plavky, opalovací krém s vyšším faktorem, repelent (Off)
- oblečení a obuv pro případ špatného počasí (např. pláštěnku + nepromokavé boty)
- **seřízené kolo** do lehkého terénu + **cyklistickou přilbu**
- pyžamo
- příkrývkou hlavy (čepici či šátek)
- malý batůžek na svačinu + malou lahvičku na pití pro akce do okolí (kolo nebo výlet)
- **hokejku** (ne florbalku) + **hokejbalový míček a hokejové rukavice** (viz. Letní příprava)
- švihadlo

VI. Doporučení

- všechno oblečení podepsat, nebudeme v areálu sami a ne vždy si kluci sami věci poznají
- určitě budou rádi za nějaký ten zaslaný pohled od rodičů

VII. Telefonování

- **Přísný ZÁKAZ používání mobilních telefonů u dětí během celého soustředění!!!**
- Dětem je možné v naléhavých případech zavolat pouze na mobilní telefony trenérů a pouze v uvedený čas: **denně v době mezi 19:00 - 20:00 hod.** Telefonování dětí s rodiči po loňských zkušenostech narušuje průběh soustředění a děti zbytečně rozrušuje. Pokud by se vyskytl jakákoli důvod či problém, budeme Vás samozřejmě okamžitě volat.

VIII. Poslední večer pátek-sobota

- je domluveno svolení provozovatele, že pokud se vám chce a asi by to bylo i fajn, přijedte na poslední večer s námi i dětmi posedět u ohýnku a něco si případně na něm upéct a hezky tím ten týden zakončit. Případné ubytování v místě je možné (spacák + karimatku + malý stan s sebou). Poplatek za případné přespání si ale hradí rodiče ze svého nebo někteří odjedou i s dítětem již po ohni večer a v budově se tak uvolní některé lůžko. Cena by měla být dle ceníku střediska:

Poplatky za umístění stanu	cena/den
cena za umístění stanu	50,- Kč
cena za každou osobu ubytovanou ve stanu	50,- Kč

IX. Odjezd (předání rodičům):

Doksy - Poslův mlýn, sobota 13. 8. 2011 po snídani tedy cca do 10:00 hod.