

# LETNÍ SOUSTŘEDĚNÍ 2015

## MLADŠÍ ŽÁCI HC STADION LITOMĚŘICE – 6. TŘÍDA (ROČNÍK 2004)



**Místo:** Letní koupaliště Litoměřice / Kalich Aréna Litoměřice

**Termín:** 16. – 21. 8. 2015 (neděle - pátek, tedy 5 nocí)

**Ubytování:** ubytování budeme v prostorách městského koupaliště, budeme to tak mít blíže ke sportovištím, bazénu a kluci budou moci být pořád venku i v rámci osobního volna v areálu koupaliště. Ložní prádlo není potřeba.


**Strava:** Pro kluky bude zajištěna plná penze a pitný režim po celý pobyt (snídaně, svačina, oběd, svačina, večeře). Strava bude dobrá, pestrá, v dostatečném množství a přizpůsobená sportovcům.

**Cena: 3.000,- Kč/dítě** cena zahrnuje 6-ti denní pobyt včetně všech poplatků, plnou penzi + klukům koupíme



nějakou tu sladkost -> zmrzku, limonádu, sušenku/oplatku, čokoládu, bonbóny jako odměny za soutěže nebo když je chytne mlsná ☺, spotřební materiál typu papíry, nůžky, napínáčky, nebo si uděláme výlet na kolech nebo pěšky.

Poukaz je třeba **uhradit do 31. 5. 2015** převodem nebo vkladem hotovosti na bankovní účet týmu 6. třídy: (variabilní symbol - r. č. dítěte nebo jméno a příjmení do zprávy pro příjemce převodu)

Banka	Číslo účtu
mBank 	670100-2205233122/6210



Občas si uděláme večer oheň, budeme pro relaxaci využívat nejen bazény veřejného koupaliště, ale také relaxační centrum KA (sauna + vířivka). Vůbec si těch pár dní společně zase pořádně užijeme!!!



... asi všichni víte, ale pro jistotu 😊

# Soustředění - instrukce pro rodiče



## I. Převzetí dětí od rodičů:

Litoměřice, Kalich Aréna, neděle 16. 8. 2015 v 17:00 hod.

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

Martin Tvrzník – šéftrenér mládeže

Radek Plos, Karel a Jiří Hamr – trenéři 6. třída

Ota Beran, Petr Gregor - vedoucí mužstva 6. Třída

---

## III. Ubytování

- kluci i my budeme ubytováni v ubytovacích kapacitách koupaliště ve 2-4 lůžkových pokojích. Sociální zařízení společné v budově (WC + sprchy + umyvadla). Během pobytu budeme dbát na úklid, abychom pořádek udrželi alespoň v nějakých rozumných mezích. 😊

## IV. Co předat trenérům při příjezdu? (převezme R. Plos)

- 1) Průkaz zdravotní pojišťovny dítěte (stačí kopie kartičky)
- 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 kontakty na oba rodiče
- 6) Plavec/Poloplavec/Neplavec?

## V. Co s sebou klukům mj. určitě zabalit?

- sportovní oblečení a obuv vhodnou pro běhání po hřišti, obuv do lesa nebo nepohody
- plavky, opalovací krém s vyšším faktorem, repelent proti klíšťatům nebo komárům (Off)
- oblečení a obuv pro případ špatného počasí (např. nepromokavou bundu a boty)
- **seřizené kolo do lehkého terénu + cyklistickou přilbu + cyklorukavice**
- pyžamo (ložní prádlo není potřeba)
- přikrývku hlavy (čepici-kšiltovku či šátek)
- malý cyklo-batůžek na svačinu + lahvičku na pití pro akce do okolí (kolo nebo výlet)
- švihadlo

- **Kompletní hokejovou výstroj pro tréninky na ledě.**

## VI. Doporučení

- všechno (oblečení i pomůcky, ...) **podepsat**, ne vždy si kluci své věci poznají

## VII. Telefonování

- **Přísný ZÁKAZ návštěv rodičů a rodinných příslušníků po celou dobu soustředění!!! (s výjimkou posledního dne a plánovaného hokejového zápasu)**
- **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 minulých zkušenostech narušuje průběh soustředění a děti zbytečně rozrušuje. Pokud by se vyskytl jakýkoliv důvod či problém, budeme Vás samozřejmě okamžitě volat.
- **Důrazně NEDOPORUČUJEME**, aby si s sebou kluci vezli herní konzole, tablety nebo jiné elektronické hračky či cenné předměty. Program budou mít od rána do večera zajištěn a myslím, že to bez těchto věcí se jistě ten týden obejdou. Užijí si partu a vůbec celé soustředění bez těchto elektronických věcí. Budeme mít s sebou outdoor kameru a data projektor, takže jim každý podvečer budeme promítat buď nějaký film, foto/video natočená z průběhu dne či zápasy ze zimy nebo v rámci svého osobního volna budou moci využít sportoviště areálu koupaliště včetně bazénu koupaliště (s asistencí trenérů).

## IX. Předání rodičům:

V pátek, 21. 8. 2015 odpoledne. (čas ještě upřesníme)











