Soustředění Častoboř 2021 organizace:

**Sraz:** Pátek 9.7. 14:00 u loděnice. Navážeme a vyrazíme. Vezměte si jídlo na večer začínáme až snídaní.

Návrat v neděli 19.7. cca 18:00

Kdo z nějakého důvodu přijede vlastní dopravou přímo na místo prosím nahlásit co nejdříve!!

Seznam je daný a neměnný dle přihlášek, kdo bude chtít pobyt zkrátit oproti přihlášce nic nevracíme.

**Návštěvní den** **pro rodiče nebude**, musíme i s ohledem na ostatní dodržet nahlášené počty. Kapacita našeho vymezeného prostoru je naplněna. Stále platí vládní opatření=osoby mimo nahlášený seznam, nemají povolen vstup do prostoru rekreačního zařízení Častoboř. **Prosím nejezděte** ať se nemusíme dohadovat s ostatními oddíly a provozovatelem a odevzdávat navíc nějaká prohlášení.

Žádné prohlášení ohledně testů ani bezinfekčnosti od dětí před odjezdem vyžadovat nebudu vše si připravím a případně pokud bude nutné provedeme vlastní testování.

**Telefony a další**: Opět platí zákaz tabletů a další podobné elektroniky, která na soustředění prostě nepatří. Ideálně nebrat ani telefon. Pokud sebou potřebujete mobilní telefon není to problém=odevzdáte po příjezdu a každý den na vyžádání Vám bude zapůjčen po obědě maximálně na 15min. Já i ostatní trenéři (Honza, Pája) telefon máme a když bude potřeba není problém se přes nás spojit ideálně SMS nebo whatsapp.

**Sladkosti apod…:** Nedávejte dětem s sebou prosím **žádné** sladkosti a podobné věci (= bombony, brambůrky apod.) Většinou to spořádají první den, a je jim z toho akorát špatně = strava je zajištěna dobrá a odpovídá našim potřebám=na svačiny zajišťujeme ovoce. Pokud jim něco chcete dát s sebou tak spíš ovoce, musli tyčinku či celozrnné sušenky. Proběhne kontrola na začátku a zabavíme vše co uznáme za nevhodné a následně během soustředění přerozdělíme po dávkách mezi všechny děti. Doporučuji nebrat **žádné cenné věci ani vysoké kapesné** (strava i pití je zajištěna). Za ztrátu, odcizení či zničení soukromých věcí neodpovídáme.

**Co s sebou:**

Předepsané léky, kdo potřebuje.

**Respirátor (3x)**

Stan, spacák, karimatku,polštářek,Čelovku, baterku

Hrneček+lahev na pití (možno případně dokoupit oddílovou před odjezdem =50Kč)

Pláštěnku+adekvátní oblečení a obutí pro blátivé a deštivé počasí

Repelent, opalovací krém

Kapesné

**Boty na běh,** pokrývku hlavy, oblečení na vodu, na sport, na plavání=i brejličky,…

Hygienu-ručník k vodě, kartáček, pastu, sprcháč, **obyčejné mýdlo na pádlo**

Tréninkový deník - kdo má

Spol. hry, knížku, blok a tužku apod.

**Připomínám že během pobytu musí všichni účastníci absolutně respektovat nastavená pravidla a rozhodnutí trenérů. Nerespektování těchto pravidel nebude tolerováno a v krajních případech může vést k vyloučení závodníka nejen ze soustředění ale i z oddílu.**

**Ahoj Dufíno, 774 859 515, dufek@regulus.cz**