

Letní soustředění 2023 Spartak Modřany-Přihláška

Přihlášky + platba do 30.5.2025!!

Termín: Středa 2.7. – So 12.7. Soustředění proběhne na Slapské přehradě na Častoboři v uzavřeném areálu rekreačního střediska. Návrat do Prahy přepokládáme v sobotu 12.7. v 18:00.

Cena 6000,- (ubytování, strava, doprava, organizace)

Platba buď hotově na tréninku nebo převodem na č.u. 1185811153/0800. Do poznámky jméno.

Odjezd (sraz): Stř 2.7. 13:00 od loděnice Spartak Modřany

Program soustředění: Hlavním cílem soustředění je zvýšení fyzické kondice, obratnosti a techniky jízdy na kajaku...

Ubytování ve stanech-kdo máte vlastní stan prosím uveďte do přihlášky abych mohl dát dohromady skupiny a uvidíme jestli vyjdeme nebo budeme potřebovat nějaký stan půjčit.

Na místě je možné zakoupit sladkosti limonádu apod...= kapesné dle uvážení

S sebou:

-Písemně případná zdravotní omezení, alergie, předepsané léky či jiné věci o kterých bychom měli vědět (náměsíčnost, hysterie, apod...)+**Kopii průkazu pojištěnce – přiložit k přihlášce**

-Stan=kdo má,

- spacák+polštář,karimatku,baterku,hrnek na čaj,**lahev na pití**, plavky,dostatek oblečení na trénink na vodě i na suchu,pantofle k vodě, boty na běh, pláštěnku, osobní hygienu, ručník, nějakou hru nebo knížku pro fázi odpočinku,

- oddílové triko = žluté kdo má, dres,

začínáme večerí ve středu, končíme obědem v sobotu,

Pokud někdo přijede později nebo odjede dříve napište to do přihlášky, cena se tím ale nemění..

Ohledně dalších dotazů mne kontaktujte:

Nejlépe emailem: dufek@regulus.cz

Případně na tel. 774 859 515

Dufíno (Pavel Dufek)

Závazná přihláška Častoboř 2025:

Vyplněnou přihlášku **spolu s kopií průkazu pojištěnce** zašlete pouze emailem na dufek@regulus.cz

JménoPříjmení.....

Datum narození.....

Zdravotní informace: (např. alergie, trvale užívané léky, zdravotní omezení apod.)

.....
.....
.....

Stan: ☐ mám proosob(y)

☐ nemám

Soustředění se nemohou zúčastnit neplavci, podmínkou účasti je bez pomoci a pomůcek uplavat min. 25m

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

Jméno, příjmení a **telefon** zákonného zástupce (nejlépe obou rodičů):

.....

Datum a podpis zákonného zástupce:

.....