**LETNÍ SOUSTŘEDĚNÍ**

**Místo:**  **Rekreační středisko LITES - Borovice u Mnichova Hradiště**, 29501 Mnichovo Hradiště

**Datum: 9.8.2025 – 16.8.2025**

**Odjezd:**  **9.8.2025 – 14:00** – společně autobusem

Sraz 13:30 Před tělocvičnou v Hostivaři – V Chotejně 1297/11, Praha 10

**Příjezd:** **16.8.2025 – cca 12:00** Praha před tělocvičnu v Hostivaři (stejně jako odjezd)

Odjezd autobusem z Borovice cca v 10:00 hod.

(Zpět do Prahy se vrací všechny děti **– vč. závodních**, ti pak po domluvě se svým trenérem pokračuji v dalších trénincích)

**Stravování:** Začínáme večeří. S sebou svačinu a pití / Končíme snídaní

**Cena:** **8 500 Kč ( v případě platby do konce března 8000 Kč )**

**Cena zahrnuje** - 5x denně jídlo, pitný režim, ubytování, cestu autobusem tam i zpět, trenérské i

lékařské zabezpečení, náplní jsou především tréninky ale i výlet apod…

* Platba zašlete na účet **do 19.6.2025**

( podrobné informace k platbě viz. elektronická přihláška )

**Při odjezdu odevzdat v podepsané obálce:**

1) Posudek od lékaře (nesmí být starší než 2 roky a dítě musí být kompletně proočkováno jinak nebude na soustředění puštěno) – NUTNÉ!!!

2) Prohlášení rodičů, souhlas s ošetřením a potvrzení o bezinfekčnosti (viz. www.gympra.cz/dokumenty)

3) Kopie kartičky pojišťovny

4) Kapesné (mohou mít děti u sebe)

5) Léky + dávkování

**NEBRAT**: cenné předměty, **mobilní telefony, vč. tabletů, počítačů, herních konzolí apod. (mladší 13 let odevzdají vše trenérům),** sladkosti !

**Další informace** – Mgr. Marek Goldman 721 312 185

**Orientační seznam věcí:**

7x spodní prádlo

7x ponožky

5x triko krátký rukáv / tílko

1x triko dlouhý rukáv

2x mikina

1x pyžamo

2x tepláky

2x kraťasy

1x bunda / větrovka

1x pláštěnka / holínky

1-2x plavky

2x oblečení na trénink (legíny i kraťasy, tílko / dres)

1x přezůvky / pantofle

2x tenisky (1x boty na běhání !!! – tzn. Ne plátěné kecky apod…)

2x ručník

1x kšiltovka (nebo cokoliv na hlavu)

Hygienické potřeby – kartáček, pasta, mýdlo, šampon, papírové kapesníky, hřeben, gumičky, sponky, krém na opalování, sprej proti komárům,

1x sluneční brýle

Věci na trénink – potítka, řemínky, rukavice, chrániče, švihadla, **zátěže !!! ( závodní )**

Psací potřeby, blok, hry, knížka, maska na karneval, pálky na ping pong apod ….

Malý batoh – láhev na pití, hračka