

# Letní soustředění minižáček 2017

**Termín** : 26.8.- 2.9. 2017

**Cesta tam** : pojedeme autobusem od hřiště na Slavii, sraz sobota 26.8. v 8:30

**Konec** : v sobotu 2.9. po snídani, 9:30 dopravu zpět si zajišťuje každý sám (domluvte se mezi sebou) prosím přijed'te včas at' tam zas hodinu na někoho nečekáme

**Adresa** : Stadion Tj Sušice,  
Volšovská ulice Sušice (u Klatov)

**Cena** : 3 800,- (záloha 2000,- do konce června), doplatek na místě

## Další info :

spíme na ubytovně (postele s povlečením), doporučuju vzít si vlastní povlak na peřinu, ty místní mají utrhané šňůrky a peřiny v nich nedrží

5x denně strava, pitný režim, začínáme obědem, končíme snídaní

tréninky v hale, venku, v bazénu a baletním sále

## Seznam potřebného vybavení :

Dostatek sportovního oblečení na trénování množství volte dle počasí, spíše více než méně (4x krat'asy - mix krátké i  $\frac{3}{4}$ , 2-3x legíny nebo tepláky, tričko na každý den, mikina teplá i slabá) chrániče, **2x sportovní boty** (ven a do haly), **kšiltovka**, **šust'áková bunda** (nejlépe nepromokavá), něco na volný čas, dostatek spodního prádla, modré triko se jménem (kdo má), hyg. Potřeby, opalovací krém a gumičky do vlasů, pytel na špinavé prádlo, 2x ručník, pantofle (gumové, vhodné i do bazénu), plavky, neplaci křidýlka nebo pás, sportovní láhev na pití obsah 1 litr s širokým hrdlem ( ne pet lahev), **míč** , švihadlo, overball (kdo má), pytel na záda na nošení věcí, kdo může vemte prosím fén

hry pro volný čas (karty apod.)

Kapesné dle vašeho uvážení (max 200,-),

Toto je pouze doporučený seznam.

**Další vybavení** dle vašeho uvážení.

!!!!!!!!!!!!!! Na soustředění je zákaz mobilních telefonů !!!!!!!!!!!!!!!

Trenéři : Vlasta, Verča, Ajka, Lád'a