

Informace k Letnímu soustředění dětí (dále jen LS) 15.- 19.7.2024 Oddílu Sebeobrana AKJ Sportovního klubu policie Č. Budějovice

Nástup dítěte na LS od 7:30 hod 15.7.2024, stejné pro každý den LS

Bylo by vhodné, aby bylo dítě na LS nejpozději do 8:00 hod

První den budete podepisovat prohlášení o bezinfekčnosti, další dny již není účast rodičů nutná. Možná doprava více dětí jedním z rodičů, prarodiči nebo starším plnoletým sourozencem.

Odchod dítěte z LS od 15:00 ho do 15:30 hod

Nebo individuálně domluvit odchod s trenéry.

Ve středu se od 15:30 hod budou konat zkoušky na stupně technické vyspělosti v AKJ – **pouze děti, které budou vybrané trenéry**

Ze čtvrtka na pátek je možné, aby dítě přespalo ve spacáku v hale SKP na tatami.

Věci sebou: léky, které dítě užívá – informovat trenéry!

Vždy podle aktuálního počasí.

Kimono, pásek, přezůvky do tělocvičny, ručník, boty na ven-tenisky, pokrývku hlavy-nejlépe kšiltovku, nebo šátek, krém na opalování, sportovní oděv na soutěže-tepláky, triko, kraťasy apod., pláštěnku,

Příbor - lžíce, nůž, vidlička v sáčku s utěrkou

Zajištěno:

Trenéři – Sportovního klubu policie České Budějovice, oddílu Sebeobrana AKJ

Zdravotní dohled – zdravotníci - instruktoři PČR

Pitný režim – voda a iontové nápoje

VLASTNÍ NÁPOJOVÉ LAHVE NUTNÉ

Strava :

Svačina – sušenka, jogurt, rohlík, ovoce,

oběd – dodávaný gastronomickou společností,

svačina – sušenka, jogurt, rohlík, ovoce,

Napište obratem velikost trička (XS, S, M, L, XL atd.) vašeho dítěte, které každý účastník obdrží na začátku LS.

**Další případné informace pouze na tel. 606 390 997,
nebo na e-mail: martinhermann@seznam.cz**