

Soustředění veslařů TJ Lokomotiva Nymburk

- Termín:** 20. – 27. srpna 2017, od 14.00
26. srpna, od 17.00 hodin – proběhne vyhodnocení nejen soustředění u ohně a grilu, rodiče jsou srdečně zváni, lze též přespat pod stanem či v loděnici na karimatce, soustředění končí během nedělního dopoledne
- Místo:** Loděnice Nymburk
Přihlášení: ústně u trenérů nebo e-mailem Katce
- Cena:** 2500,- Kč
- do 28. 6. 2017 – zaplatit zálohu 1 500,-Kč
- doplatek nejpozději 20. 8.
- v ceně je zahrnuto celodenní stravování včetně pitného režimu
- Trenéři:** Katka Vetešníková, tel. 605 536 322 (Ondra dle možností jak to půjde)
Venda Čmugr, tel. 607 579 363
- Jídlo:** Snídaně – loděnice (domácí bábovky, buchty apod. vítány☺)
Obědy – Restaurace zimního stadionu – Nymburk, případně Lázně Poděbrady
Večeře – Restaurace zimního stadionu/Pizza dovoz/čína dovoz/ gril !!
- Ubytování:** Ve vlastních stanech v prostorách loděnice
- Co s sebou:** Kartičku zdravotní pojišťovny (kopie)
Potvrzení o bezinfekčnosti
Stan, spacák, karimatku, hygienické potřeby (včetně krému na ruce)
Seřazené jízdní kolo a helmu
Plastový/kovový hrníček, příbor a plastový talíř
Sportovní oblečení na vodu i na výlety (dostatek!)
Pokrývku hlavy, plavky
Opalovací krém
Kdo má chuť – míč, badminton, pétanque...
- Program:** Trénink hlavně na vodě, ale i na suchu
Výlety na kole do blízkého i dalekého okolí
Vždy přizpůsobíme počasí
Rodiče jsou vítáni, mohou se zapojit (včetně stravování – prosíme o nahlášení předem) – předem také zašleme předběžný harmonogram, v plánu je i celodenní výlet, tak ať si můžete případně naplánovat spoluúčast ☺