

Pokyny pro účastníky

# Florbalového soustředění

pořádaného Sportcentrem EDEN Beroun



**Popis akce:** Florbalové soustředění se uskuteční od pondělí 18.8 2014 do soboty 23. 8.2014.

**Místo konání:** *Základní škola a Mateřská škola Nýrsko, Komenského ul. 250*

**Nezapomeňte, že před odjezdem musí být zaplacená částka 3 390 Kč (Převodem na účet, nebo v hotovosti na recepci sportovního centra Eden Beroun) a odevzdaná kompletní přihláška.**

Sraz dětí je 18.8 v 07:15 ve vestibulu vlakového nádraží Beroun. Odjezd je v 07:52.

Datum příjezdu je 23.8, kdy přijedeme v 20:05 opět na vlakové nádraží Beroun.

**Náplň soustředění:**

Soustředění bude zaměřeno na rozvoj tělesných a duševních aktivit, jejichž cílem bude připravit tým na následující sezónu. Je nutné, aby se stmelil kolektiv, zapracovalo se na soudržnosti a týmové spolupráci. Zkrátka aby z dětí byla dobrá parta a aby si také odnesli pěkné zážitky.

Pro děti je připraven program pro slunečné i deštivé dny. Po celou dobu soustředění budou probíhat různé hry, které budou v průběhu vyhodnocovány.

Pro děti je po celou dobu soustředění připraveno stravování v místní jídelně:

07:30 – budíček

07:45 – rozvíčka

08:15 – snídaně

09:00 – dopolední trénink

10:30 – svačina (např. bagety, obložené chleby, atd.)

11:00 – kolektivní hry

13:00 – oběd (menu: polévka, hlavní jídlo, nápoj)

13:30 – polední klid

15:00 – svačina (mix ovoce a zeleniny)

15:30 – odpolední trénink

18:00 – večeře

18:30 – večerní program

21:00 – hygiena

22:00 - večerka

Po celou dobu soustředění bude zabezpečován pitný režim.

**Cena:** 3390 Kč

V ceně je zahrnuto ubytování, stravování, doprava, vstup na sportoviště po celou dobu soustředění.

### **Pokyny pro rodiče:**

#### ***Co si vzít s sebou?***

Děti by měli mít oblečení na venkovní i vnitřní sportovní aktivity (tepláky 2x, triko s krátkým rukávem 4x, šortky 3x, mikinu 2x a nepromokavou větrovou bundu...).

Dále obuv pro venkovní i vnitřní sportování a boty na přezutí (bačkory, pantofle nebo pohodlné tenisky). Samozřejmostí je hokejka a nezapomeňte přibalit šátek a baterku. Obuv pro vnitřní sportování musí být čistá a mít světlou, nejlépe bílou podrážku. O náhradních ponožkách a spodním prádle se jistě nemusíme zmiňovat. Dále základní hygienické potřeby (kartáček a pastu na zuby, sprchový gel, ručník, papírové kapesníčky,...), alespoň litrovou lahev na pití, psací potřeby, malý blok a kapesné v rozmezí 300 – 500 Kč.

Prosíme rodiče, aby nevybavovali děti drahými a nepotřebnými elektronickými přístroji, které by mohli ztratit nebo rozbít při sportovních aktivitách. V případě, že trváte na tom, aby Vaše dítě mělo mobilní telefon s sebou, budou telefony uschovány u trenérů, kteří je na požádání vydají. Sportovní centrum nepřebírá odpovědnost za mobilní telefony, MP3 přehrávače a jiná zařízení, které si dítě nechá u sebe a dojde k jejich ztrátě nebo poškození.

#### ***Zdravotní stav a jiná omezení***

Jestliže má Vaše dítě nějaká zdravotní omezení nebo obtíže, nebo je alergické na nějaké potraviny nebo látky, je nutné tuto skutečnost nahlásit.

V případě, že Vaše dítě užívá pravidelně jakékoli léky, je nutné, aby si je přineslo s sebou a je potřeba na tuto skutečnost upozornit instruktora, aby mohl dohlédnout na včasné brání těchto léků v daném čase a termínu. Přesné dávkování a časy napište prosím na krabičku léku.

V případě, že dojde během konání soustředění k úrazu, nebo budou na dítěti patrné příznaky nemoci, dojde okamžitě k informování rodičů a bude s nimi konzultován další postup. Samozřejmě budeme vybaveni povinným zdravotním vybavením. V případě akutních případů bude zavolána rychlá záchranná pomoc, která bude informována o naší přítomnosti ve sportovním areálu.

#### ***Mimořádné případy***

V případě, že bude Vaše dítě svým nevladatelným nebo obzvláště nevhodným chováním narušovat chod soustředění, budete neprodleně upozorněni a požádáni o nápravu jeho chování, popřípadě domluvu. Vyhrazujeme si však právo v případě dalších opakování takového případu vyloučit dítě ze soustředění. V takovém případě však nevzniká žádný nárok na vrácení již zaplacené částky. A Vám tak vzniká povinnost si pro dítě přijet.

V případě jakýchkoliv dotazů během soustředění nebo před ním se obraťte na: tel.: +420734866608 Lukáš Dominguez,

**Přečtěte si níže o nabídce zvýhodněného paintballu v rámci  
letního soustředění**

# Nabídka zvýhodněného paintballu v rámci letního soustředění za 300 Kč!!

Vážení rodiče, jelikož už jsou děti o něco starší, chtěl bych toto soustředění zpestřit hrou Paintball v areálu lesního hřiště v Železné Rudě, které je zbudované v samém srdci Šumavy. Paintball zde provozuje společnost Paintball Arena, která nabízí proškolený personál, jenž se intenzivně paintballu věnuje už dlouhodobě.

Cena výletu je s veškerým potřebným vybavením + 200 kuliček a fotkami z akce sdílené na Facebooku 300 Kč. Původní cena je 600 Kč klub tedy přispívá na jednotlivce druhých 300 Kč.

Pokud souhlasíte, aby se Váš syn zúčastnil výletu za Paintballem v rámci letního soustředění 2014. **Prosím odevzdejte tento list vyplněný do konce 13. května** na recepci sportovního centra Eden Beroun.

Jméno.....

Příjmení.....

Podpis.....

