

# Informace o letním soustředění plaveckého oddílu SK Motorlet Praha

- Termín konání:** od čtvrtka 22. 8. do soboty 31. 8.2013
- Sraz:** 22. 8. v 8:00 u bazénu, návrat 31. 8. okolo 16:00.
- Ubytování:** Penzion Vítězství, Stráž pod Ralskem,  
<http://www.pandasport.cz/dalsi-sluzby/ubytovani>
- Bazén:** 25m, plavecký bazén Stráž pod Ralskem  
<http://www.pandasport.cz/sportoviste/bazen-sauna>
- Doprava:** společná autobusem
- Program:** jedná se o kondiční soustředění s cílem připravit plavce na začátek sezóny. V programu je cca 1,5 hod denně bazén, dále běhání, posilování, hry a teoretická příprava. V plánu jsou tři celodenní výlety v přírodě a výlety na kole.
- Vybavení:** **seřizené kolo vhodné do lehčího terénu, helma, zámek, základní nářadí a náhradní díly.**  
osobní prádlo, hygienické potřeby, ponožky a teplé ponožky, trička, svetr lehký a teplý (nebo mikina), souprava a triko MoP, kšiltovka, sluneční brýle, šátek, větrovka s kapucí, tepláková souprava, boty na běhání a na celodenní výlet, oblečení na sport a hry do lesa (počítejte se znehodnocením), přezutí, pyžamo, psací potřeby, batůžek, opalovací krém na obličej, brejličky, plavky, ploutvičky, láhev na pití.
- Cena:** 5 800 Kč  
*Na soustředění je podána žádost o grant od Hlavního města Prahy, v případě schválení bude částka adekvátně upravena, a případné přeplatky převedeny na příspěvky.*
- Účast:** na soustředění bude vybráno cca 45 dětí a 6 vedoucích. Přednostně budou vybráni zájemci z družstva I., II. a X. Doplnění budou vybranými zájemci z přípravy A.
- Další informace:** kapesné dle uvážení, doporučujeme 500 Kč (prosíme rodiče, aby dětem nedávali přehnané kapesné).

**Prosíme, abyste vyplnili online přihlášku do 19. 5., a zaplatili do 27. 5.  
(v pondělí 20. 5. bude zveřejněn seznam vybraných účastníků)**