

- Věc:** soustředění SCM II – Praha, MoP
- Termín:** čtvrtek 12.5. –neděle 15.5.2016
- Místo:** Srní v Kašperských Horách
- Cena:** členové SCM dle pokynů ČSPS, ostatní 4 000kč
Částku uhradte převodem: Číslo účtu: 15130051/0100, Variabilní symbol 2803,
Zpráva pro příjemce: jméno plavce, soustředění Srní - květen 2016
- Doprava:** vlastní, sraz do 10:00 na recepci, odjezd v neděli po 14,00. Součástí přihlášky na internetu, bude poptávka po možnosti dopravy.
- Ubytován a strava:** Hotel Srní, Srní 117, 341 92, Kašperské Hory, Web: www.hotely-srni.cz
- Přihlašování:** Akce je přednostně určena pro členy SCM II, výběr dalších plavců provedou trenéři 1. družstva. **Přihlašování bude uzavřeno v pátek 22 .4.2016.**
Výběr 30 plavců a stanovení náhradníků proběhne do pondělí 25.4.2016.
- SCM II** CHELBERG Robert, PŘIBYL Michal, RENC Jakub, RUDNEV Ilja, NOVOTNÝ Matyáš, TRNKOVÁ Michaela, PAULOVÁ Nikol, JINDROVÁ Kristýna, KLOCOVÁ Markéta, SEEMANOVÁ Barbora
- Vybavení:** osobní prádlo, hygienické potřeby, ponožky, trička, svetr lehký a teplý (nebo mikina), souprava Mop, čepice, rukavice, šátek, trenky, tenisky do tělocvičny a na běh, oblečení do hotelu, přezutí, pyžamo, psací potřeby, batůžek, pleťový krém na obličej!, packy, ploutve, deska, kopyto s gumou, šnorchl, flexabend, švihadlo, brejličky, lahvičku, několik plavek (zvláště děvčata)
- Popis:** Jedná se o kombinované plavecké soustředění se suchou přípravou, zvláště pohybem v horském prostředí s vyšší nadmořskou výškou.

Rozpis tréninků:

den	snídaně	bazén	suchá	oběd	suchá	bazén	Večeře
čtvrtek	-	-	výběh	13,00	výběh	17,00-19,00	19,15
pátek	6,45 + 9,15	7,30-9,00	výlet	balíček	výlet	17,00-19,00	19,15
sobota	6,45 + 9,45	7,30-9,30	výběh	12,00	výběh	17,00-19,00	19,15
neděle	6,45 + 9,45	7,30-9,30	výběh	12,00	-	-	-

Předpokládání trenéři:

SCM – Petr Tippmann
MoP – Tomáš Seeman, Dan Omcirk, Radek Žikeš, Lukáš Střiteský

Informace:

jednicka@skmop.cz