



Letní šermířské soustředění Březnice 2019

- Termín:** 24. 8. – 31. 8. 2019
- Místo:** Březnice, Areál VOŠ, Rožmitálská 340 (www.sbrez.cz)
- Trenéři:** Martin Čapek (777444254, info@scpraha.com)
Jiří Vincenc ml., Eva Novotná, Pavel Pitra, Pavla Totušková, Jan Tůma
- Určeno pro:** členy oddílu se zaplacenými příspěvky za uplynulou sezonu, odevzdanou každoroční lékařskou prohlídkou, s kompletní šermířskou výstrojí a výzbrojí, vlastním jízdním kolem a přilbou (cyklo denně!)
- Ubytování:** internát školy (pokoje pro 3-4), společné sociální zařízení na chodbě
- Strava:** plná penze
- Doprava:** individuální (oddíl nezajišťuje!)
- Příjezd:** **sobota 24. 8. 2019 mezi 10:00 - 11:00 (odevzdáte kopii kartičky zdravotní pojišťovny a vyplněný formulář o bezinfekčnosti a zdravotní způsobilosti – ke stažení na webu scpraha.com)**
- Odjezd:** **v sobotu 31. 8. 2019 po snídani, vyzvednutí do 10h!!!**
- Přihlášky:** **Vyplněné závazné přihlášky přineste na trénink do 30. 4. 2019**
- Cena:** **3800Kč zaplatte nejpozději do 27. 6. 2019 (kdo nezaplatí včas, NEJEDE!)**
Platíte na číslo účtu SC Praha (26237081/0100) a do poznámky uveďte Jméno účastníka. Při zrušení účasti vracíme 2000Kč, zkrácený pobyt je za cenu v plné výši.
V ceně ubytování, plná penze, pronájem haly, trenéři.

Program: Všeobecná fyzická příprava (cyklistika, atletika, šerm), denně 2-3 tréninkové fáze.

Táborák, koupaliště, exkurze do Březnice, teorie šermu, společenský večer.

Povinné vybavení: Kopie kartičky zdravotní pojišťovny a prohlášení o bezinfekčnosti a zdravotní způsobilosti (ke stažení na webu scpraha.com, vyplněné prohlášení a kartičku odevzdáte při příjezdu). Kdo neodevzdá, nebude připuštěn! Kompletní šermířská výzbroj a výstroj - alespoň 2 kordy, 2 šňůry, sálová obuv, maska, min. 2 páry podkolenek, dres, podvesta, rukavice, připravené jízdní kolo, přílbu náradí a náhradní duši, pláštěnku/nepromokavou bundu, oblečení na ven i do haly (běh, hry, táborák, koupaliště, město).

Nezapomeňte: 2 sady s krátkým rukávem/nohavicemi, 2 sady s dlouhým rukávem/nohavicemi = celkem 4 sady, spodní prádlo + trička + ponožky na 7 dní, plavky, pokrývka hlavy, 2 x sportovní obuv na ven, oblečení na pobyt v ubytovně, přezůvky, oblečení na spaní, 2 x ručník, potřeby osobní hygieny, vlastní pití na tréninky, malý batoh (na kolo), kapesné aj.

K dispozici wifi. Za mobilní telefony, laptopy aj. si ručí každý sám!

Sportujeme i venku za každého počasí!

Pozn.: V případě onemocnění, úrazu, závažného kázeňského prohřešku nebo jiné překážky v pokračování pobytu dítěte na soustředění, bude pobyt dítěte ukončen a rodiče budou vyzváni k jeho okamžitému převzetí!

V Praze, 19. 3. 2019, Martin Čapek