

INFORMACE KE SPORTOVNÍMU PŘÍMĚSTSKÉMU TÁBORU SE ZAMĚŘENÍM NA FLORBAL

Na Kotli 1201, Hradec Králové, 500 09, mobil: 608 700 227 – Muzikantová Alena (kancelář)

Trenéři: 774 725 711 – Heger Leoš, 774 984 499 – Filip Frýda



Termín: **20. - 24. 8. 2018** (pondělí-pátek)

Místo konání: Hradec Králové, zázemí ZŠ Sion – Kleinerových 550, Hradec Králové,

tělocvičny – SH Třebeš, ZŠ Milady Horákové (ještě může být změna).

Kdo se může přihlásit: Ročníky 2007 a starší, mladší děti mohou dostat výjimku po konzultaci s trenérem. Kapacita je omezená velikostí tělocvičen. Tréninky starších a mladších sportovců budou probíhat odděleně.

Náplň soustředění:

Cílem florbalového soustředění je sportovní a florbalová příprava na novou sezónu. Čekají nás kondiční cvičení, vytrvalostní běhy v terénu i krátké sprinty, posilování, ale také zdokonalování ve florbalových dovednostech. Nebude to ale jen dřina, děti čeká mnoho zábavy, soutěží a legrace, aby si mohly zbytek léta ještě vychutnat. Určitě si zahrajeme fotbálek, freesbee a další hry. Plánujeme vzít naše sportovce do bazénu, lanového parku a ty starší do posilovny (spinning, TRX...), případně další alternativy, se kterými Vás včas seznámíme. Po obědě bude vždy čas na odpočinek, povídání a trochu florbalové teorie.

Stravování: Sion školní kuchyně nám bude opět připravovat skvělé **obědy**, které nám svým složením přesně sednou do našeho soustředění; bude zajištěn také **základní pitný režim** (voda nebo šťáva), ale je nutné, aby děti měly **svoje lahve s pitím**; ostatní jídlo není zajištěno, sportovci si je musí donést z domu.

Denní režim: V 7.45 h sraz u tělocvičny a v cca v 17.30 h uzavření dne a rozchod domů.

Cena: 1600,- Kč (v ceně je zahrnuta cena 5 obědů, pití, pronájem tělocvičny a prostor v ZŠ Sion Kleinerových, trenérské vedení)

Přihlášku odevzdejte prosím obratem, nejpozději však do 31. 5. 2018.

Platbu ve výši 1600,- Kč posílejte na účet DDM NG č. 2300460315/2010 do 15. 6. 2018.

Jako variabilní symbol uvádějte přidělené číslo, které naleznete po přihlášení do EduPage DDM v sekci plateb v pravé horní části, do poznámky napište jméno a příjmení dítěte – florbalové soustředění.