

## Soustředění – sportovní tábor MACHŮV MLÝN 2020

### Zahájení:

**Benjamínci, přípravka a mladší žactvo**  
(od ročníku narození 2008 a mladší)

*Sobota 8.8. mezi 13.00 až 14.00* na místě soustředění – Machův mlýn – Chříč, Lhota 3, 331 41, Chříč.

**Starší žactvo** (ročníky narození 2005 až 2007)

*Sobota 8.8. v 8.30 i s věcmi u 11.ZŠ u tělocvičny.* Odvoz osobních věcí zajistíme. Jedou na kolech. Cyklisti budou mít náhradní duši na svůj rozměr kola, zkontrolované brzdy, povinné zadní světlo, helmu!

**Dorosty** (ročníky narození 2002-2004)

*Pátek 7.8. v 18.00* na místě soustředění – Autokemp Prunéřov, Prunéřov 383, Kadaň. Nebo - [www.autokemp-prunerov.cz](http://www.autokemp-prunerov.cz) Kola s sebou – budou jezdit na trénink do Kadaně cca 7 km. Cyklisti budou mít náhradní duši na svůj rozměr kola, zkontrolované brzdy, povinné zadní světlo, helmu!

### Strava:

Všechny kategorie mají zajištěnu stravu 4-5 x denně a pitný režim. Všechny kategorie **začínají v sobotu 8.8. večerí.** **Dorosty** začínají sobotní snídaní (vezměte si jídlo na pátek) Strava končí v **pátek 14.8. obědem.**

### Pobyt:

Všechny kategorie **spí v chatkách** po čtyřech, kromě kategorie **benjamínků, která spí v budově.** Ideální je, když si domluvíte dopředu ubytování. Děti, které spí v chatkách **vezměte si s sebou na spaní spacák nebo deku, polštář a prostěradlo.** **Dorosty** to samé. Benjamínci mají ložní prádlo, deku, polštář zajištěné. Dorosty se přesunou v úterý na kolech z Kadaně do Machova mlýna. Na tréninky do Rakovníka v neděli a pondělí pojedou **všichni autobusem.**

### Ukončení:

**Benjamínci, přípravka a mladší žactvo** – pátek 14.8. odpoledne mezi 14.00 – 15.00 - doprava domů vlastní s rodiči

**Starší žactvo a dorosty** - pátek 14.8. Zpáteční cestu z Machova mlýna do Plzně absolvují všichni na kolech (odvoz věcí opět zajistíme k 11.ZŠ). U školy budou v cca 16.00

Jak do Machova Mlýna: **Plzeň-Kralovice-Kožlany-Čistá-Bělbožice-Šípy-Milíčov-Machův Mlýn**

### Vybavení:

Spodní prádlo, pyžamo, šátek, dostatek sportovního oblečení a hlavně vhodnou obuv (turfy na umělou trávu, boty do přírody, kopačky na fotbalové hřiště, dorosty halové boty na antuku nebo na squash, sandály či šlapky) plavky, pláštěnka, hygienické potřeby, hry, psací potřeby, event. hudební nástroj, láhev na pití. Baterku, malý batoh na záda. Hokejka na PH, míček, vybavení gólmanů. Tenisové rakety, páčky na stolní tenis. Nedoporučujeme mobily a ani jiné cenné věci (ztráta). Doporučujeme kapesné do 300,- Kč **Dorosty** - vezměte si s sebou i 500,- Kč na jiné aktivity okolo – bazén, posilovna, tenisové kurty atp. + halové boty, tenisovou raketu!

### Jiné:

Mobilní telefony nesmí mít u sebe děti do 12 let, případný kontakt řešte se svým trenérem. Mladší, starší žactvo a dorosty budou mít s sebou i spacák a karimatku pro noční hru a pobyt v přírodě.

Při nástupu je nutno odevzdat:

Kopii karty pojišťovny / Bezinfekčnost dítěte na soustředění / Posudek o zdravotní způsobilosti dítěte

