



**Základní informace k letnímu soustředění BK GORAM Teplice z.s.
V Harrachově v termínu 17.8.2024-25.8.2024**

Vážení rodiče, srdečně zveme Vaše ratolesti na letní soustředění v badmintonu, kde se bude o ně starat náš tým trenérů.

Soustředění bude probíhat pod dohledem těchto trenérů:

Bohuslav Svoboda tel.604 707 431
Robin Günther
Jiří Vocilka

Zdravotník: _____

Letní soustředění proběhne pro 1 a 2 skupinu v termínu
od 17.8.2024-25.8.2024.

Ubytování je zajištěno ve Sport Hotelu Mumlava.

Soustředění je určeno pro vybrané hráče.

Stravování bude zajištěno 3 x denně + 2x svačina

snídaně formou švédského stolu, obědy a večeře dle vlastního výběru ze dvou jídel a formou co si nandáš si sníš bez zbytků.

Pitný režim bude zajištěn. + možností přidělení palačinek

Na soustředění si jedeme zvýšit kondiční vytrvalost, sílu a připravit se na druhou část sezóny 2024 nikoliv na rekreaci.

Cena soustředění je stanovena na 8 430,- - Kč.

V ceně soustředění jsou zahrnuty poplatky na ubytování, stravu 5 x denně, pitný režim, pronájem tělocvičny v ZŠ Harrachov, dopravu (OS auty), a část trenéři

Celé soustředění je nutno **uhradit** pouze převodem a to **do 14.6.2024** na účet oddílu.

ČSOB a.s. Teplice

č.ú. 415 019 993/0300 do poznámky platby uvést jméno svěřence.

Jsou možné i sponzorské dary a tím by se mohla i cena snížit.

Klub doporučuje připojistit svěřence na dobu pobytu u jakékoliv pojišťovny!!!!

Používání mobilních zařízení v době soustředění je povoleno pouze po dohodě s trenérem v době odpočinku!!!!

Co si vzít sebou do báglu:

Kartičku pojištěnce, léky které Vaše dítě popřípadě užívá, včetně popisu užívání léků, toto se odevzdá před odjezdem zdravotníci.

Hygienické potřeby

8-10 bavlněných trik

Sportovní oblečení do haly min. 2 x

spodní prádlo a ponožky na 8 dní

2 páry bot na běhání venku

Šustáky a tepláky,

Kšiltovka

Pláštěnku nebo deštník.

Přezuvky

Rakety, sálovou obuv

Švihadlo

Karimatku na cvičení venku

Baterku nebo čelovku.

Láhev na pití.

Malý batoh na záda.

Krém na opalování

Plavky + osušku větší

Kapesné v rozumné výši pouze na odpočinkové dny.

Hráči budou rozdělováni do dvou skupin dle výkonnosti.