**PODZIMNÍ SOUSTŘEDĚNÍ CHŘIBSKÁ 2023 – roč. 2008 - 2012**

**Termín: sobota 21.10.2023. – sobota 28.10.2023**

**Lokalita: Chřibská, rekreační středisko Bajtlich**

Základní informace k soustředění:

**Účastníci:**

Mladí atleti z obou tréninkových lokalit Hrabákova i Milíčov.mmmmm

**Ubytování:**

Bungalovy

Plná penze, v sobotu 21.10. začíná obědem, v sobotu 28.10 končí snídaní.

**Doprava:**

Cesta tam:

Vlakem z hl. nádraží 8:25 – Děčín 9:54, přestup 10:41 – Chřibská 11:23

Cesta zpět: přes Děčín 11:25 R 683 Labe, příjezd Praha hl. n. 13: 20

Sraz na hl. nádraží u východu z metra v 8:00 hod.

**Náklady na soustředění:**

**Hradí rodiče ve výši 5.300 Kč.** Do této částky je zahrnuta doprava, ubytování, stravování, podíl na úhradě trenérů.

**Přihlášky:**

**Posílejte prosím na email:** atletikajm@seznam.cz **a do kopie** l.teply@email.cz **do 15.10. 2023. V případě naplnění počtu přihlášených bude proveden výběr na základě výkonnosti a počtu absolvovaných závodů.**

**Způsob a termín úhrady soustředění:**

Po potvrzení přihlášky uvedenou částku 5.300 Kč zašlete na číslo účtu: 2600888313/2010; variabilní symbol 10 a v poznámce uvést **celé jméno účastníka/Chribska.**

**Úhradu proveďte nejpozději do 20.10.2023**

**Tréninkové zaměření a prostory:**

V okolí Lužických hor, Národního parku České Švýcarsko a oblasti Labských pískovců. K možnosti využití bude i tělocvična. Trénink bude zaměřen na nabírání kondice v přilehlém lesním terénu.

**Povinnosti a doporučení k účasti:**

Účastníci předloží na srazu soustředění zdravotní dokumenty:

Prohlášení o bezinfekčnosti, Prohlášení covid, souhlas rodičů s poskytováním informací o zdravotním stavu dítěte a s sebou budou mít kopii kartičky pojištěnce.

S sebou tréninkové atletické kompletní vybavení (bez treter) i pro případné chladnější počasí, pláštěnku, plavky, švihadlo, doporučujeme láhev na pití, iontový nápoj a obuv do tělocvičny.

Lukáš Teplý

vedoucí soustředění