**PRÁZDNINOVÉ SOUSTŘEDĚNÍ Ústí nad Orlicí 2024 roč. 2008 - 2012 a výběr 2013**

**Termín: neděle 11.8. 2024 –neděle 18.8. 2024**

**Lokalita: Ústí nad Orlicí**, sportovní areál – viz. <http://www.sporthotel-tichaorlice.cz>

Základní informace k Prázdninovému soustředění Ústí nad Orlicí – dorost a žactvo:

**Přihlášky:**

**Podávejte emailem na** [l.teply@email.cz](mailto:l.teply@email.cz) **a do kopie na** [atletikajm@seznam.cz](mailto:atletikajm@seznam.cz) **do 30.6. 2024.**

**Maximální kapacita 45 míst. V případě vysokého zájmu o soustředění budeme vybírat děti na základě jejich účasti na závodech. Přednostně aktivní členy Sportovního střediska.**

**Ubytování:**

Domov Mládeže

**Stravování:**

Plná penze, v neděli 11.8. začíná obědem, v neděli 18.8. končí obědem.

**Doprava:**

Odjezd vlakem z Prahy 11.8 v 9:03 R 887 Slovácký Expres

Vlakem zpět 18. 8 v 13:24 R 888 Slovácký Expres, příjezd v 15:04 Praha hl. n.

**Výše úhrady soustředění:**

Hradí rodiče ve výši 8 200 Kč.Do této částky je zahrnuta doprava, ubytování, stravování, poplatek za využívání stadionu, podíl na úhradě trenérů, vstupy na koupaliště.

**Způsob a termín úhrady soustředění:**

Uvedenou částku 8 200 Kč zašlete na číslo účtu: 2600888313/2010; variabilní symbol**: 10,** do lomítka a v poznámce uvést **celé jméno účastníka**/UST.

**Úhradu proveďte nejpozději do 30.6.2024 !**

**Tréninkové zaměření a prostory:**

Příprava v optimálních prověřených podmínkách na podzimní část atletické sezóny s tréninkem na stadionu, v přilehlém lesním terénu s možností regenerace v otevřeném plaveckém bazénu.

**Povinnosti a doporučení k účasti:**

Účastníci předloží vedoucímu soustředění zdravotní dokumenty - Prohlášení o bezinfekčnosti, Souhlas rodičů s poskytováním informací o zdravotním stavu dítěte a s sebou budou mít kopii kartičky pojištěnce. Tyto dokumenty vám budou zaslány emailovou poštou do 30.6. 2024.

S sebou tréninkové atletické kompletní vybavení. Tretry, ml. žactvo švihadlo, tenisový míček. Oblečení i pro případné chladnější počasí, plavky, doporučujeme láhev na pití, iontový nápoj, krém na opalování.

Mladým atletům přejeme příjemné prožití prázdnin a buďte na soustředění připraveni v dobré kondici. Důležitá část atletické sezóny následuje.

Lukáš Teplý

vedoucí soustředění