



BADMINTON

TJ MONTAS - HK

Pokyny pro letní sportovní soustředění oddílu badmintonu TJ Montas Hradec Králové - SKUTEČ 2023

Termín: sobota 29. 7. – pátek 4. 8. 2023

Příjezd účastníků: doprava vlastní v sobotu 29. 7. mezi 12. – 13. hodinou do sportovní haly Skuteč

Odjezd účastníků: pátek 4. 8. od 13 – 14,30 hod. od sportovní haly

Místo: sportovní hala Skuteč (<https://sportoviste.skutec.cz/sportovni-hala/>)
(hala 5 kurtů, malá hala 2 kurty, venkovní hřiště s umělým povrchem, běžecká dráha, koupaliště s tobogánem)

Spaní: mladší děti v 5 pětilůžkových pokojích s koupelnou v hale (30 postelí), starší ve 3 až 4lůžkových pokojích na internátu gymnázia (cca 500 m od haly)

Stravování: na zahajovací den (sobota) svačinu, začínáme až večerí, pak strava 3 x denně v jídelně gymnázia, poslední den končíme obědem

S sebou: sportovní obuv do haly a pak na hřiště (atletika, fotbal...), vycházková obuv, přezůvky, rakety, oblečení pro sportování (alespoň 6 triček, kraťasy, ponožky, tepláky, bunda), ručníky, kapesníky, osobní hygienické potřeby, plavky, krém na opalování, sluneční brýle, jednoduché (letní) vycházkové oblečení, pokrývka hlavy, malý batoh (výlet), **kartičku pojišťovny (kopii), lékařské potvrzení, bezinfekčnost**, léky (individuální).
Kapesné cca 500 Kč. Účastníci budou mít opět možnost zakoupit si v hale láhev s pitím (slazená/neslazená).

Náplň soustředění: tréninky badmintonu (technika), kondiční trénink (venku)
trenéři: Bášovi, Hubáček, Poříz, Plánička

Cena soustředění: 5.500,- Kč, prosíme uhradit **nejpozději do 20. 5. 2023** na níže uvedený účet, do poznámky uvést jméno účastníka

V ceně je zahrnuto:

stravování, nocležné, pronájem hal, hřiště a koupaliště + památeční triko. **Prosíme napsat velikost trika – nejpozději do 30. 4. 2023** (pokud jste tak již neučinili).

Potvrzení o bezinfekčnosti (s datem 28. 7.) a lékařské potvrzení se bude odevzdávat při příjezdu.

Formulář je v příloze nebo k dispozici na www.tjmontas.cz

Informace poskytuje:

Michaela Fuchsová, mobil 773230071, email: misa.fuchsova@seznam.cz

Údaje pro bezhotovostní platby:

TJ Montas
Pražská 581
500 02 Hradec Králové

IČO: 15063968
č.úctu: 1081507309/0800
VS rodné číslo dítěte/účastníka

Karel Plánička
předseda TJ Montas HK