

INFORMACE KE SPORTOVNÍMU PŘÍMĚSTSKÉMU TÁBORU SE ZAMĚŘENÍM NA FLORBAL

Termín: 21. - 25. 8. 2023 (pondělí – pátek)

Místo konání: zázemí – ZŠ Sion, Kleinerových 550, Hradec Králové
tělocvičny – ZŠ Pešínova, ZŠ Milady Horákové



Kdo se může přihlásit: Ročníky 2016 a starší, mladší děti mohou dostat výjimku po konzultaci s trenérem. Kapacita je omezená velikostí tělocvičen. Tréninky starších a mladších sportovců budou probíhat odděleně.

Náplň soustředění: Cílem florbalového soustředění je sportovní a florbalová příprava na novou sezónu. Čekají nás kondiční cvičení, různé běhy – vytrvalostní běhy, běh v terénu, krátké sprinty, také fyzická příprava, ale také zdokonalování florbalových dovedností, formou tréninků a soutěží. Samozřejmě nebude to jen dřina, mimojiné děti čeká mnoho zábavy, soutěží a legrace, aby si naplno užily poslední dny letních prázdných. Určitě si zahrajeme fotbálek, freesbee a mnoho dalších super aktivit. Po obědě bude vždy čas na odpočinek, povídání a trochu florbalové teorie. Již nyní se můžete těšit také na **společný večerní program**, který bude probíhat ve čtvrtek **24. srpna**. Podrobnosti Vám zavčasů taktěž sdělíme. ☺

Stravování: Vyváženou stravu nám zajistí naše školní kuchyně, kdy nám připraví **obědy**, které nám svým složením přesně sednou do našeho soustředění; zároveň bude zajištěn také **základní pitný režim** (voda nebo šťáva) v průběhu oběda a aktivit v zázemí DDM, nicméně je nutné, aby děti měly s sebou nějakou menší **svačinu a svoje lahve s pitím**.

Denní režim: V 7:45 h sraz na předem určených místech (potřebné informace včasně sdělíme) a v cca v 16:30 h uzavření dne a rozchod domů.

Cena: 2800 Kč (v ceně je zahrnuto 5 obědů, pitný režim, florbalové tričko, pronájem tělocvičen a trenérské vedení)

Kontakty v případě jakýchkoli dotazů: hlavní trenér: Lukáš Kučera, mobil 739 440 639

kancelář DDM: mobil 608 700 227

**Přihlášku prosím vyplňte a odešlete online z našich webových stránek
– nejlépe obratem, nejpozději však do 30. 6. 2023.**

**Informace k platbě (variabilní symbol aj.) Vám budou zaslány na e-mail
na základě přijaté přihlášky.**