

OGKK KARATE CAMP

ZÁKLADNÍ INFORMACE KARATE CAMP 2020

ZAHÁJENÍ	pondělí 10. 08. 2020 - 9:00 h. (<i>první jídlo oběd</i>)
UKONČENÍ	neděle 16. 08. 2020 - 12:30 h. (<i>poslední jídlo oběd</i>)
MÍSTO:	TJ Sokol Prštice, Hlavní 2, Prštice 664 46
INFORMACE:	Jaromír MUSIL, tel. 608 805 405
INFO:	www.karate-camp.cz

PŘI NÁSTUPU BUDE TŘEBA ODEVZDAT

Vyplněný posudek zdravotní způsobilosti dítěte k účasti na soustředění, prohlášení zákonného zástupce, kopii kartičky zdravotní pojišťovny a prohlášení o neexistujících příznacích COOVID19.

V případě potřeby nutné léky v sáčku označené s jménem a telefonem na rodiče.

DOPORUČENÝ SEZNAM VĚCÍ NA SOUSTŘEDĚNÍ

Základní vybavení:

- 1x zavazadlo (kufr, batoh) označený jmenovkou dítěte.
- 1x malý batoh,

Oblečení:

- 5x tričko s krátkým rukávem,
- 2x tričko s dlouhým rukávem,
- 2x kraťasy,
- 3x tepláky,
- 2x mikina,
- 1x větrovka,
- 1x plavky,
- 13x spodní prádlo,
- 13x ponožky,
- 2x ponožky teplé,
- 1x pyžamo,
- 1x pokrývka hlavy (**kšiltovka**, klobouček),
- 1x pláštěnka,

Obuv:

- 1x holinky,
- 1x sportovní obuv,
- 1x turistická obuv,
- 1x letní obuv,

Hygienické potřeby:

- kartáček a pasta na zuby,

- mýdlo,
- šampon na vlasy a hřeben,
- opalovací krém,
- jelení lůj,
- repelent proti klíšťatům a hmyzu,

Další potřeby:

- kapesníky,
- baterka,
- lahev na pití,
- ručník, osuška,
- pytel na špinavé prádlo,
- sluneční brýle,
- šatek (na hry),
- psací potřeby,
- spáček **není třeba** dětem dávat – středisko má vlastní lůžkoviny,

Pro tréninky je pak nezbytné mít:

- Kimono, pásek a průkaz karate
- Chrániče pro kumite
- Čepici na hlavu (kšilt)
- 2x Běžecské tenisky
- Švihadlo
- Tenisák
- Psací blok a tužku
- Vitamíny

Pro samostatnost dětí je důležité nechat je zabalit věci samostatně. Jistě budou potřebovat vaši pomoc a dohled, ale nechte je, ať si sami uvědomí, co potřebují a kam si věci dávají. Pokud jim sbalíte sami bez jejich přítomnosti, velmi lehce se stane, že řadu věcí na táboře vůbec nepoužijí, protože ani nebudou vědět, že je s sebou mají.

Především u menších dětí doporučujeme oblečení podepsat nebo opatřit značkou, aby se zamezilo ztrátám a popletení majitelů. Na soustředění nedoporučujeme dětem mít u sebe mobily, tablety, počítače a jiné elektronické zařízení, protože zde stejně na to nebude čas ☹️. V případě, že i tak chcete, aby tyto věci u sebe děti měli, organizátor za uvedené věci neručí v případě ztráty, zničení a jiného poškození! Děkujeme