

OGKK KARATE CAMP 2023

ZÁKLADNÍ INFORMACE KARATE CAMP

ZAHÁJENÍ	neděle 06. 08. 2023 - 18:00 h. <i>(první jídlo druhá večeře)</i>
UKONČENÍ	sobota 12. 08. 2023 - 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.

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

DOPORUČENÝ SEZNAM VĚCÍ NA SOUSTŘEDĚNÍ

Oblečení:

- 5x tričko s krátkým rukávem
- 2x tričko s dlouhým rukávem
- 2x kraťasy
- 1x tepláky
- 2x mikina
- 1x větrovka
- 8x spodní prádlo
- 8x ponožky
- 1x ponožky teplé
- 1x pyžamo
- 1x pokrývka hlavy (**kšiltovka**, klobouček)

Obuv:

- 1x sportovní obuv
- 1x letní obuv

Hygienické potřeby:

- kartáček a pasta na zuby
- mýdlo

- šampon na vlasy a hřeben
- opalovací krém

Další potřeby:

- kapesníky
- baterka
- lahev na pití
- ručník, osuška
- pytel na špinavé prádlo
- sluneční brýle
- psací potřeby,

Pro tréninky je pak nezbytné mít:

- Kimono, pásek a průkaz karate
- Chrániče pro kumite
- Švihadlo
- Tenisák
- Psací blok a tužku
- Vitamíny (šumivé do pití)

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 věci 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