**PRÁZDNINOVÉ SOUSTŘEDĚNÍ Ústí nad Orlicí 2021 pro roč. 2005 -2010**

**Termín: sobota 7.8. – neděle 15.8. 2021**

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

Základní informace k Prázdninovému soustředění Ústí nad Orlicí – žactvo a přípravka.

**Ubytování:**

Ubytovna Sporthotel Tichá Orlice

Plná penze, v sobotu 7.8. začíná obědem, v neděli 15.8. končí obědem.

**Doprava:**

Vlakem z Prahy 7.8. v 8:12 hod. sraz u výstupu z metra ideálně kolem 7:45 -7:50 hod.

Vlakem zpět 15.8. v odpoledních hodinách

Hradí rodiče ve výši 7 100 **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 7 100 Kč zašlete na číslo účtu: 2600888313/2010; variabilní symbol: **dle přiděleného čísla v seznamu** a v poznámce uvést celé jméno účastníka,/UST.

**Úhradu proveďte nejpozději do 30.6.2021 !!**

**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 zasílám v příloze.

S sebou tréninkové atletické kompletní vybavení i pro případné chladnější počasí, plavky, doporučujeme láhev na pití, iontový nápoj, krém na opalování. Vše bude účastníkům upřesněno.

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

Lukáš Teplý

vedoucí soustředění