**PRÁZDNINOVÉ SOUSTŘEDĚNÍ Ústí nad Orlicí 2025 pro roč. 2009 - 2013 a výběr 2014**

**Termín: neděle 10.8. 2025 –neděle 17.8. 2025**

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

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

**Přihlášky:**

**Podávejte emailem na** l.teply@email.cz **a do kopie na** atletikajm@seznam.cz **do 15.6. 2025.**

**Maximální kapacita je 45 osob. V případě vysokého zájmu o soustředění budeme vybírat děti na základě jejich účasti na závodech. Přednostně aktivní členy Sportovního střediska.**

**Ubytování:**

Domov Mládeže

Plná penze v neděli 10.8. začíná obědem, v neděli 17.8. končí obědem.

**Doprava:**

Odjezd vlakem z Prahy 10.8, 10:01 R19 (R 887 Svitava)

Vlakem zpět 17. 8, 13:24 R18 (R 888 Slovácký Expres), příjezd v 15:06 Praha hl. n.

Hradí rodiče ve výši 8 500 Kč.Do této částky je zahrnuta doprava, ubytování, stravování, poplatek za využívání stadionu, podíl na úhradě trenérů, vstupy na koupaliště. Případné vratky za soustředění budou vypláceny pouze při neúčasti převyšující 50% pobytu.

**Způsob a termín úhrady soustředění:**

Uvedenou částku 8500 Kč zašlete na číslo účtu: 2600888313/2010; variabilní symbol**: 10,** do lomítka a v poznámce uvést **celé jméno účastníka**/UST.

**Úhradu proveďte nejpozději do 30.6. 2025!**

**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 vám budou zaslány emailovou poštou do 30.6. 2025.

S sebou tréninkové atletické kompletní vybavení. Tretry, ml. žactvo švihadlo, tenisový míček. Oblečení i pro případné chladnější počasí, plavky, doporučujeme láhev na pití, iontový nápoj, krém na opalování.

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

Lukáš Teplý

vedoucí soustředění