

# Letní soustředění 2018 příprava + elévové

Adresa: Dům dětí a mládeže Vracov  
Sokolská 894, 696 42 Vracov

Termín: 17.8. - 23.8.2018

Příjezd: v pátek 15:30 přímo k DDM Vracov

Odjezd: ve čtvrtek 15:30 od DDM Vracov



**Dopravu dětí zajišťují výhradně rodiče.**

## Co si vzít s sebou?

### Tréninkové vybavení

- láhev na pití, florbalovou hůl (hráči), kompletní výstroj (brankáři),

### Oblečení

- dostatek tréninkového oblečení (triko + kraťase) - minimálně 2 trika na den
- teplejší sportovní oblečení (sportovní tepláky + mikina)
- dostatek ponožek a spodního prádla (nejlépe 2 na den)
- oblečení na spaní / pyžamo
- pokrývka hlavy (ideálně kšiltovka)
- plavky

### Obuv

- sálová obuv
- 2x obuv do terénu (1 pár běžecké obuvi a 1 pár sportovní obuvi)
- otevřená obuv (nazouváky – na pokoje, regenerace nohou)

### Jiné vybavení

- batoh, sluneční brýle, repelent
- ručníky/osušky (minimálně 2, jeden větší na sprchování, jeden na trénink)
- hygienické potřeby (zubní kartáček, pasta, sprchový gel + šampón)
- menší společenské hry (karty, twister, atd.)
- sešit nebo blok + psací potřeby
- vlastní prostěradlo (ostatní ložní prádlo bude k dispozici)
- čisté bílé tričko na batikování (nutné pro celý program soustředění)
- případně další vybavení a oblečení dle uvážení na 6 denní pobyt

### Důležité

- doklady - kartička ZP
- užívané léky + návod k užívání / dávkování
- potvrzení o bezinfekčnosti, potvrzení o zdravotní způsobilosti dítěte
- kapesné dle vlastního uvážení