



Letní sportovní soustředění dětského vodáckého oddílu KOTVA Plzeň, o.s.



Letní sportovní soustředění dětského vodáckého oddílu 2013

Chlum Svaté Máří 29.6. – 13. 7. 2013

Vedoucí: Medvěd 604 629 539, Mour 604 979 763, Švéd 723 550 574, Bodlina 725 506 355

Asistenti vedoucích: Kašpy, Rosňa, Viky, Houba

Zdravotník: Mour 604 979 763

Obecné informace:

Odvoz na soustředění je individuální. Příjezd na Chlum Sv. Máří je 29.6. cca 15-17 hod. Kdo by nemohl v sobotu, tak je možné dojet v neděli ráno.

Jídlo na sobotu 29.6. vlastní. Společná strava je od nedělní snídaně 30.6.

Vstupenka na Chlum pro rodiče je jako vždy pekáč buchet ;-)

Zahájení sportovního soustředění je v neděli 30.6.2013 po odjezdu rodičů a jiných pomocníků v 14:00 hod..

Adresa tábora: Fara v Chlumu Svaté Máří

Poštu je možné posílat:

jméno dítěte

KOTVA Plzeň, o.s.

Farní úřad Chlum Svaté Máří

357 09 Habartov

Návštěvy: Návštěvní den je v sobota 6. 7.. Bude připraven společný program. Prosíme o info do 3. 7. 2013 20 hod. na tel.: 604 629 539 nebo mail kotvaci@seznam.cz zda na návštěvní den přijedete a zda se bude vaše dítě tento den společně stravovat a Vy účastnit společného programu.

Převzetí dětí po sportovním soustředění:

je v sobotu 13.7. po úklidu cca v 13-14 hodin. Společné jídlo končí sobotní snídaní 13.7..

Seznam věcí na sportovní soustředění

S sebou:

seřízené jízdní kolo osvětlené, helma, oblečení na kolo

věci na vodu: oblečení na vodu, **lodní pytel, přilba, vesta, pádlo**, šprajdu a kdo má házečku

kletr a malý batůžek na výpravy (1-2 dny), kufr, spacák, karimatka, možno i malý polštářek

prostěradlo – nutné! (spí se na matracích), věci na spaní (pyžamo)

ešús, hrneček, označený příbor, láhev na pití,
ručník, hygiena - toaletní potřeby včetně mýdla, 2x toaletní papír, repelent,
opalovací krém, sluneční brýle, **pokrývka na hlavu proti slunci**

ponožky, spodní prádlo, kapesníky, funkční prádlo, plavky
trička s krátkým rukávem, kraťasy
tričko s dlouhým rukávem
tepláky, šustáky, větrovka, svetr, mikina, pláštěnka (vhodné oblečení do přírody)
pevné boty (pohorky), sportovní boty, přezůvky do baráku, holínky
pytel (sáček) na špinavé prádlo

7 věcí (tužka, papír, techničák, uzlovačka, šátek, KPZ, kapesní nožík)

oddílové tričko, čelovka (baterka) + náhradní baterie

bílé triko na batikování, šicí potřeby

pastelky, kapesné na drobnosti

zpěvníky, hudební nástroje a jiné (kdo má, tak bere!!!!!!)

2ks hadrová koule z ponožek

průkazky ČSK, ZP a OP (ten, komu bylo již 15 let)

léky se jménem s popisem pro zdravotníka

1 hadr do kuchyně – **nevratný**

Dobrovolné: buzola

prášek na praní, prádelní šňůra na sušení

dopisní souprava + známky (menším dětem předepište adresy babiček, atd.)

Prosba vedení:

Domluvte s dětmi, prosím, jejich vstřícnost při společném stravování. Budeme brát zřetel na jídla, která v přihlášce uvedete jako jídla, jež děti zásadně nejí. V případě protestů u jídel v přihlášce neuvedených děti dostanou náhradní chléb s něčím, při opakovaném takovém „jídelním střetu“ bychom vás museli kontaktovat ohledně návratu domů. Připravený program je také tělesně náročný a při nedostatečném stravování by mohlo dojít k nechtěným zdravotním potížím. Dětem vaří vždy dospělý s pomocí dětí, takže je předpoklad dobré a vhodné stravy.

Za vedení sportovního soustředění

Medvěd

(v případě dotazů volejte nebo pište na kotvaci@seznam.cz)