



OCR a Ninja soustředění Libčice nad Vltavou

18. - 22. 8. 2025

Informace pro rodiče

Pro všechny OCR a Ninja nadšence jsme připravili týdenní intenzivní soustředění

Časová organizace:

Příchod dětí: **Po - Pá mezi 7:45 - 8:00 do klubovny nebo na zahradu Vltavská 751 v Libčicích,**
(dřívější příchod možný pouze po předchozí domluvě)

Odchod dětí: **kolem 16 hodiny - bude upřesněno v detailním programu před soustředěním**

Cena: **800 Kč**

V ceně je zahrnuto: medaile a odměny pro děti, pronájmy sportovišť, vstupy, energie, doprava, pojištění, režie

Strava: během soustředění nezajišťujeme stravu, je nutné, aby mělo dítě s sebou svačinu a velké pití na celý den, nebo kapesné, aby si mohlo případně něco koupit. Pokud budeme v klubovně či naší tělocvičně bude dětem k dispozici pití (voda, sirup), mikrovlnka.

Pro koho je tábor určen: **děti ve věku 7-14 let (plavce)**

Musí mít dítě s OCR a ninja sportem zkušenosti? Ne, rádi uvítáme i úplné nováčky



Plavci: dítě účastníci se soustředění by mělo být plavec, budeme trénovat i plavání, či vodní překážky na Vltavě

Program:

Děti čeká sportem nabitý týden. Hlavní součástí soustředění bude trénink překážek jak v našem tréninkovém venkovním centru, tak v tělocvičně a na Vltavě. Dále trénink běhu, posilování, cyklovýlet do

Vojkovic s koupáním, pláváním a hrami. Jeden den nás čeká lezení na bouldery a lezecké stěně. Chybět nebude ani návštěva koupaliště, hry, soutěže, challenge a zábava.



Podrobný program na jednotlivé dny bude zveřejněn na stránce tábora později, rodičům přihlášených dětí bude program zaslán mailem - program bude závislý na počasí, není tedy možné nyní jej přesně zveřejnit.

V pátek děti navíc čeká závěrečný závod, kde ukáží, co jim soustředění přineslo. Bude mít jak OCR tak ninja část.



Program se může změnit v závislosti na počasí a výkonnosti dětí!

Co s sebou:

Při předání dítěte první den: přihláška, kopie evropského průkazu zdravotního pojištění (Ti, od nichž zatím nemáme), prohlášení o bezinfekčnosti, příloha k bezinfekčnosti, kopie lékařského potvrzení, potvrzení o dobrém technickém stavu jízdního kola, GDPR souhlas (Ti, od nichž zatím nemáme).

Každý den: sportovní oblečení a obuv (triko, kraťasy, pevná obuv (tenisky s ponožkami nebo sandály s pevnou špičkou)), velké pití a svačina na celý den, kšiltovka, sluneční brýle, opalovací krém, plavky, ručník, papírové kapesníky, batoh, náhradní obuv (obuv si dítě namočí - dítě může trénovat na zahradě na vlastní nebezpečí naboso).

Děti si mohou věci, které budou potřebovat každý den - plavky, ručník, opalovací krém atp. nechávat u nás v základně - zajistíme v případě potřeby jejich usušení.

Další věci upřesníme při zveřejnění podrobného denního programu (např. kdy bude potřeba kolo atp.)

Pojištění: děti budou mít sjednané úrazové pojištění a pojištění odpovědnosti za škodu



Podrobnější informace na www.lagunino.cz, další potřebné informace vám dále poskytne hlavní vedoucí akce Roman Kotlín: roman@lagunino.cz, tel: **605 757 026**

Maximální počet dětí na soustředění je omezen na 8 (v případě zájmu lze navýšit)
Minimální počet dětí pro uskutečnění soustředění jsou 4

Jak přihlásit dítě na soustředění:

- 1) Mailem na roman@lagunino.cz (na tento mail je možné také zaslat sken přihlášky, originál odevzdat první den)
- 2) Telefonicky nebo SMSkou na číse 605 757 026
- 3) Odevzdáním vyplněné přihlášky na oddílové schůzce nebo vedoucím v Libčicích nad Vltavou

Do kdy dítě na soustředění přihlásit:

Dítě přihlaste nejpozději do 15. 7. 2025, nebo do naplnění kapacity.

