

Soustředění s

TLUSTOU DÁMOU

TLUSTÁ DÁMA



Termín: pátek 7. listopadu - neděle 9. listopadu 2014

Místo: penzion Tlustá Dáma (Sněžník u Děčína), <http://tlusta-dama.cz/>

Doprava: Nebude organizována.

Budete-li mít problém dostat se na soustředění, napište.

Předběžný program:

- zhodnocení sezóny, cíle a program SCM pro nadcházející sezónu, regenerace, tréninky, seznámení s novými členy SCM

Pá odp. večere (17,30)
več. týmová noční hra + zábava alá Kát'a

So dop. (skoro)horský orientační běh
odp. biatlonový orient'ák 1. část - lokalizace (běh po fáborkách a na určených místech označíte do mapy špendlíkem, kde jste)
več. přednáška, bazén, hry

Ne dop. biatlonový orient'ák 2. část - OB + střelba ze vzduchovky,
odp. OB - hry



Strava: plná penze (páteční večere až nedělní oběd)

Cena: celkové náklady cca 650,- (pro členy SCM zdarma)

Co s sebou: sportovní oblečení do lesa, čelovka, buzola, čip, mapníky, oblečení na pobyt v místnosti, teplé oblečení (Sněžník hodně vysoko a občas tam fičí), plavky (kdyby náhodou), hygienické potřeby, psací potřeby, Tr.deníček

Termín přihlášek:

ideálně hned (např. kvůli zbráním bychom potřebovali vědět přibližný počet co nejdříve), jinak do neděle **24. 10. 2014** přes stránky SCM JO nebo na adresu jan.picek@mymaps.cz

Další informace: v týdnu před soustředěním nebo na uvedeném e-mailu

Těší se na vás trenéři SCM JO