



## Soustředění - Bedřichov

### TSM a SCM JO 2021

## POKYNY



- Termín:** pátek 1. 10. – neděle 3. 10. 2021
- Místo:** Bedřichov  
Penzion Centrum  
<http://penzion-centrum.cz/>
- Doprava:** vlastní
- Strava:** Zajištěna plná penze. Začínáme v pátek večerí, končíme v neděli obědem.
- Ubytování:** pokoje s povlečením
- Terén:** horský, kopcovitý, bažiny, kameny, borůvčí
- Cena:** Členové **TSM A** platí: **300 Kč**  
Členové **TSM B** platí: **400 Kč**  
Členové **SCM** platí: **500 Kč**  
V ceně je zahrnuto ubytování, strava, mapové podklady, tisk map.
- S sebou:** **čelovka**, buzola, **čip**, **MAPNÍK** (formát A4), běžecké oblečení do lesa (raději více, bažiny jsou zrádné), teplé oblečení (čelenka, čepice), batůžek na věci na tréninky, oblečení na pobyt v místnosti, přezůvky, hygienické potřeby, psací potřeby, **GPS hodinky**
- COVID:** **Účast na soustředění je podmíněna splněním jedné z následujících podmínek!!!**
1. Absolvování PCR testu nejdéle před 7 dny s negativním výsledkem, popř. antigenního testu max. před 72 hodinami (*z oficiálních míst, nutné doložit – aplikace Tečka / SMS...*)
  2. Očkování
  3. Prodělání nemoci Covid, přičemž od prvního pozitivního testu neuplynulo více než 180 dní
  4. Absolvování antigenního testu přímo při příjezdu na soustředění (*antigenní test si přivezte vlastní!!!*)
- + současně nemám klinické příznaky onemocnění COVID-19

## **PROGRAM SOUSTŘEDĚNÍ**

### **Pátek**

- 16:30 - 17:15 příjezd
- 17:30 večeře
- NOČÁK**

### **Sobota**

- HROMAĎÁK**
- oběd
- KOMBOTECH**
- večeře
- rozborý tréninků

### **Neděle**

- ŠTAFETY PŘES CESTU**
- oběd
- odjezd

Kdyby něco, pišťě Kátě: [katka.kaskova@post.cz](mailto:katka.kaskova@post.cz)

**Těší se na vás treněři TSM a SCM JO :-)**