**Zimní soustředění oddílu judo**

**- vhodné pro zdatnější lyžaře i úplné začátečníky**

Místo: Chata Vila Vilekula, Hrabětice v Jizerských horách

Zahájení: **neděle 19. 1. 2025 v 17 hod. - sraz v místě konání**

Ukončení: **sobota 25.1.2025 od 9.30 - 10.00 hod.**

Doprava: individuální, někoho mohou vzít trenéři, ostatní prosím o domluvu

Cena soustředění: 7.500,- Kč, za pobyt a vleky

**Zaplatit – spolu s přihláškou zálohu 1.500,- Kč (v hotovosti v kanceláři judo)**

 **6.000,- Kč do 20.12.24 v  hotovosti nebo na účet** 5 469 912 309/0800, v.s. 5000
 - do poznámky napsat zimní soustředění a jméno dítěte

Přihlášky do naplnění kapacity.

Pokud bude nedostatek sněhu, budeme chodit na výlety (chce to dobré boty), pojedeme do bazénu a případně i na tréninky juda do okolních oddílů. Určitě se nudit nebudeme ☺

**S sebou:**

* kapesné dle uvážení,
* seřízené sjezdové lyže + hole + přilba,
* oblečení a obuv na sjezdovky (funkční prádlo, mikina, oteplováky, bunda),
* oblečení a obuv na běžky (lehčí, spíše více vrstev, funkční prádlo,šátek),
* běžecké lyže (pro začátečníky jsou vhodné s vroubky) + hole k ramenům dítěte,
* oblečení a obuv na ven - další oteplováky a bunda, obuv pevná a nepromokavá,
* 2x čepice, 2 - 3x rukavice, čepice nebo kukla pod přilbu,
* trička s kr. i dl. rukávem,
* plavky
* věci osobní hygieny, papírové kapesníčky, oblečení a obuv do chaty,
* případně společenskou hru na chatu, hudební nástroj, **možno i učení !!!**
* kopii kartičky pojištěnce,
prohlášení rodičů, potvrzení lékaře o zdravotní způsobilosti dítěte,
* kimono – dle sněhových podmínek, bude upřesněno před soustředěním

Všechny věci jsou vhodné označit, ať se navrátí svým majitelům ☺

**MOBILNÍ TELEFONY dětí nechte doma -**volat můžete trenérům.

Pokusíme se každý den dát fotky na rajče - [www.dasasport.rajce.net](http://www.dasasport.rajce.net/)

**Uvítáme i drobné sladkosti, které využijeme na odměny za závody na běžkách i sjezdovkách, i jako povzbuzení při tréninku na běžkách ☺!**