

Společné oddílové soustředění ROB (ASP+FPA)

Termín: 19.- 26. 7. 2009
Místo konání: **Horní Bradlo** (okres Chrudim)

Ubytování:

TJ Horní Bradlo - ubytovna v sokolovně
skromnější ubytování ve vícelůžkových pokojích na postelích nebo karimatkách,
starší junioři ve společenské místnosti (všichni účastníci vlastní spacák + karimatku !!)

Stravování:

plná penze vč. pitného režimu (vaří dospělí, žáci kuchyňské práce, večeře v restauraci)

Doprava:

osobními auty zúčastněných vedoucích a za spolupráce rodičů
(každý účastník oznámí své možnosti dopravy sebe + kola)

Sraz účastníků:

neděle 19.7. **v cca 17-19 hod.** v Horním Bradle
(účastníci závodů Bereg Cup Maďarsko příjezd v pondělí po domluvě)
konec soustředění v neděli 26.7. po obědě a úklidu (cca 15 hod)

Cena pobytu:

pro členy ASP/FPA bez rozdílu věku: celý pobyt **1500,- Kč/osoba (250,- Kč/den)**
oddíl doplácí společnou dopravu v rámci akce, část ubytování, mapy pro OB
cizí účastníci: 2100,- Kč (300,- Kč/den) + vlastní doprava na místo akce
cena zahrnuje: ubytování, celodenní strava, pitný režim + výlet vč.vstupného

Platba – přihlášky: písemně do 20.6.

vedoucím na tréninku nebo po dohodě na místě na základě závazné mailové přihlášky

Informace: Marcela Šrůtová, 602220024, e-mail: sruta@comp.cz
Jitka Šimáčková, tel. 466400467, e-mail: jitka-s@rob-pce.com

JÍZDNÍ KOLO - všichni účastníci s sebou, do 18 let přílbu (přejezdy na tréninky 5-10 km)

Předběžný program:

- okresní přebor Prahy 4 - foxoring 3,5 MHz
- okresní přebor Pardubice - krátká trať
- hvězdicové dohledávky a tréninkové závody různého typu ROB
- orientační běh, cykloorientáček, triatlon...
- výlet na kolech/pěší po okolí (CHKO Železné Hory, muzeum nebo zámek...)
- táborák, noční hra, míčové hry, koupání

Vybavení s sebou:

večeři na neděli – společné stravování začíná pondělní snídaní
spacák, prostěradlo, starší karimatku (příp.polštářek)
přijímače, sluchátka, buzola, mapníky, tužičky, obal na průkaz, špendlíky, čelovku/baterku, ...
utěrku na nádobí
přezůvky, sportovní obuv na běhání 2x,
dostatek oblečení na běhání, hygienické potřeby, ručník, plavky
jízdni kolo, přílbu

VHODNÉ I PRO ÚPLNÉ ZAČÁTEČNÍKY, UMOŽNĚTE PROSÍM DĚTEM ÚČAST.
BUDE ZDE DOSTATEK ČASU, KTERÝ CHYBÍ NA TRÉNINCÍCH !!!!!