

Informace k soustředění plaveckého oddílu SK Motorlet Praha – ITÁLIE 2016

Sraz je v **pátek 26.8.2016 v 16,00** před vestibulem našeho bazénu v Radlicích.

Odjezd naloženého autobusu v 17,00. Předpokládaný příjezd do La Capannina v sobotu 9,00-10,00.

O příjezdu autobusu Vás budeme ihned informovat prostřednictvím Twitteru, který naleznete na našem webu, nebo na: <https://twitter.com/motorlet>

Předpokládaný odjezd zpět do Prahy je v sobotu 3.9.2016 v 18.00.

Předpokládaný příjezd k bazénu v Radlicích je v **neděli 4.9.2016 v 9,00-10,00**.

Po překročení hranice Čech budeme opět informovat prostřednictvím Twitteru, abyste mohli načasovat příjezd k bazénu.

Ubytování:	La Capannina – bungalovy Villaggio turistico La Capannina, Via S.Martino 3, 63822-Porto San Giorgio /FM/ Italy http://www.ckbalancestep.cz/ http://www.villaggiolacapannina.it/
Vybavení bungalovů:	4 lůžkový bungalov, WC, sprchový kout, 1x ložnice s manželskou postelí, 1x pokoj se 2 singl postelemi, 1x kuchyň, lednice, vařič, základní nádobí k vaření a stolování, zahradní nábytek, 2x deka, 1 x dvoj deka, 4 polštář, každá postel je povlečena italským prostěradlem, na které se musí navléknout prostěradla, která si každý přiveze s sebou
Stravování:	česko – italskou plnou penzi / snídaně, obědy, večeře, a celodenní pitný režim, při snídaních a obědech budou vedoucím vydány dopolední a odpolední svačiny, které dětem rozdají samostatně
Bazén:	25m, venkovní plavecký bazén
Program:	jedná se o ozdravné - kondiční soustředění s cílem připravit plavce na začátek sezóny. V programu je cca 1,5 hod denně bazén, dále běhání, posilování, hry a pobyt na pláži u moře. V plánu je celodenní výlet. Dále budou k dispozici vstupy do bazénu, beachvolleybalové hřiště, univerzální hřiště / tenis, basketbal / 10 x městská kola na celý pobyt
Vybavení:	prostěradlo, povlečení na deku, redukci na zásuvky, jar, houbičku a utěrku na nádobí, kolíčky na prádlo, osobní prádlo, hygienické potřeby, ponožky a teplé ponožky, trička, svetr lehký a teplý (nebo mikina), souprava a triko MoP, kšiltovka, sluneční brýle, šátek, větrovka s kapucí, boty na běhání a na celodenní výlet, oblečení na sport a hry (počítejte se znehodnocením), pantofle, pyžamo, psací potřeby, batůžek, opalovací krém, brejličky, plavky, láhev na pití, plavecké pomůcky dle požadavků trenérů jednotlivých družstev, deku nebo prostěradlo na pláž Doporučujeme přibalení deky nebo spacáku, jelikož koncem léto může být v chatce někomu zima.
Kapesné:	kapesné dle uvážení, doporučujeme 50 euro (prosíme rodiče, aby dětem nedávali přehnané kapesné).
Informace:	Lukáš Strítěský, Radek Žikeš skmop@skmop.cz