



Příměstský sportovní LDT Libčice nad Vltavou

8. 7. - 12. 7. 2024

Informace pro rodiče

Pro děti z Libčic a okolí jsme připravili čtvrtý ročník příměstských olympijských her

Časová organizace:

Příchod dětí: **Po - Pá mezi 7:45 - 8:00 do klubovny nebo na zahradu Vltavská 751 v Libčicích,**
(dřívější příchod možný pouze po předchozí domluvě)

Odchod dětí: **kolem 17 hodiny**

Cena: **500 Kč za celý tábor nebo 100 Kč/vybraný den**

V ceně je zahrnuto: medaile a odměny pro děti, pronájmy sportovišť, vstupy, energie, doprava, pojištění, režie

Strava: během tábora nezajišťujeme stravu, je nutné, aby mělo dítě s sebou svačinu a velké pití na celý den, nebo kapesné, aby si mohlo případně něco koupit. Pokud budeme v klubovně či naší tělocvičně bude dětem k dispozici pití (voda, sirup), mikrovlnka.

Pro koho je tábor určen: **děti ve věku 7-13 let (ideálně plavce)**

Plavci: během tábora děti čekají také plavecké disciplíny, jízda na kanoi, paddleboardu atp. Dítě se nemusí účastnit např. boje o medaili v plavání, když plavat neumí, ale může se samozřejmě účastnit koupací části s plaveckými pomůckami (pásek, rukávky, vesta). Na závody na paddleboardu či kanoi neplavcům zapůjčíme vestu.

Program:

Podrobný program na jednotlivé dny bude zveřejněn na stránce tábora později, rodičům přihlášených dětí bude program zaslán mailem - program bude závislý na počasí, není tedy možné nyní jej přesně zveřejnit.





Olympijské hry – děti opět čeká boj o medaile v různých disciplínách a boj o celkového vítěze her. Děti čeká např. cyklistika, plavání, atletika (běh na 1 km naboso, sprint na 100 m naboso, skok daleký, vrh koulí, hod granátem), posilování, zápas, střelecký souboj (luk, vzduchovka, kuličkovka), míčové hry (vybika, fotbal, přehazovaná, házená), OCR závod, triatlon, jízda na koloběžce, různé další sporty a hry, vč. vodních her.



Program se může změnit v závislosti na počasí a výkonnosti dětí!

Co s sebou:

Při předání dítěte první den: přihláška, kopie evropského průkazu zdravotního pojištění (Ti, od nichž zatím nemáme), prohlášení o bezinfekčnosti, příloha k bezinfekčnosti, kopie lékařského potvrzení, potvrzení o dobrém technickém stavu jízdního kola, GDPR souhlas (Ti, od nichž zatím nemáme).

Každý den: sportovní oblečení a obuv (triko, kratčasy, pevná obuv (tenisky s ponožkami nebo sandály s pevnou špičkou)), velké pití a svačina na celý den, kšiltovka, sluneční brýle, opalovací krém, plavky, ručník, papírové kapesníky, batoh.

Děti si mohou věci, které budou potřebovat každý den – plavky, ručník, opalovací krém atp. nechávat u nás v základně – zajistíme v případě potřeby jejich usušení.

Další věci upřesníme při zveřejnění podrobného denního programu (např. kdy bude potřeba kolo atp.)

OCR závod – v rámci olympijských her na děti čeká **OCR závod**, jedná se o běh kombinovaný s překonáváním překážek, překážky jsou na sílu, obratnost, zručnost, některé překážky jsou povinné – dítě ji musí překonat, některé nepovinné – dítě ji nemusí splnit, ale musí se o splnění pokusit; pokud je nad jeho síly, lze udělat náhradní úkol – hendikep, např. kliky, dřepy, angličáci atp. Na OCR závodech budou určitě vodní překážky, na kterých se dítě celé namočí a může se ušpinit od bláta!



Pojištění: děti budou mít sjednané úrazové pojištění a pojištění odpovědnosti za škodu



Tým vedoucích:

Hlavní vedoucí: Roman Kotlín, 605 757 026, roman@lagunino.cz

Vedoucí: Jana Tothová, Vojtěch Šulc

Zdravotník: Roman Kotlín, Jana Tothová

Praktikantka: Kateřina Čmelíková

Podrobnější informace na www.lagunino.cz, další potřebné informace vám dále poskytne hlavní vedoucí akce Roman Kotlín: roman@lagunino.cz, tel: 605 757 026

Maximální počet dětí na tábor je omezen na 12

Minimální počet dětí pro uskutečnění tábora je 6

Jak přihlásit dítě na tábor:

- 1) Mailem na roman@lagunino.cz (na tento mail je možné také zaslat sken přihlášky, originál odevzdat první den)
- 2) Telefonicky nebo SMSkou na číse 605 757 026
- 3) Odevzdáním vyplněné přihlášky na oddílové schůzce nebo vedoucím v Libčicích nad Vltavou

Do kdy dítě na tábor přihlásit:

Dítě přihlaste nejpozději do 1. 7. 2024, nebo do naplnění kapacity.



Akce je podpořena dotací Města Libčice nad Vltavou

