

LETNÍ SOUSTŘEDĚNÍ FLORBALISTŮ

TERMÍN: 6. – 10. 8. 2018

VĚKOVÉ ROZMEZÍ děvčata a chlapci 1. – 9. třída

Milí florbaloví nadšenci, DDM Bystřice si pro Vás i pro letošní letní prázdniny připravilo prázdninové FLORBALOVÉ soustředění, které bude zaměřeno na prohloubení florbalových dovedností, pohybové gramotnosti a zvýšení fyzické kondice, pod vedením trenérů Tomáš Sikora – Radek Badura. Soustředění bude probíhat ve sportovní hale Bystřice a sportovním areálu školy.

Harmonogram dne:

7:30 sraz v DDM Bystřice
7:45 lehký výběh + strečink
8:30 – 11:00 dopolední trénink v hale,
svačina
11:00 – 12:00 sportovní aktivity
(v případě hezkého počasí koupání řeka Hlučová)
12:30 oběd
14:00- 15:00 odpolední trénink (kondička),
svačina
15:30 rozchod domů



S sebou:

- Florbalovou hokejku, boty do haly i na venek, oblečení na sport, láhev na pití, plavky, ručník. *Program může být v případě potřeby časově upraven*
- Prohlášení zákonných zástupců – vyplní zákonný zástupce v den nástupu!!! najdete na www.bystrice.cz
- Průkaz zdravotní pojišťovny

Cena: 1 100,-Kč (celodenní strava, pitný režim, pojištění, pronájem haly, trenéři)

Vedoucí soustředění: **Jarmila Wróblová**

Trenéři: **Radek Badura, Tomáš Sikora**

ZÁVAZNÉ PŘIHLÁŠKY odevzdat do 22. 6. 2018 v DDM Bystřice
platba na účet do 22. 6. 2018, číslo účtu: 1734415349/0800, VS 11
do zprávy: jméno a příjmení dítěte

inf. tel. 558 995 275 – 277; 724 061 600,
přihlášky najdete na - www.ddmbystrice.cz v sekci tábory