

LETNÍ PŘIMĚSTSKÉ SOUSTŘEDĚNÍ NÁCHOD 2024



Termín konání: pondělí 26.8. – pátek 30.8.2024

Trenéři: Rossio Martina tel. 775 303 934
Říha Vojtěch tel. 604 586 001

Organizace: Polák Michal tel. 604 153 123

PŘIJEZD: sraz účastníků každý den 7:00 – 7:30 před bazénem v Náchodě

ODJEZD: účastníci soustředění k vyzvednutí před bazénem každý den v 15:30 – 16:00 hod

Stravování: obědy zajištěny ve školní jídelně v Raisově ulici v Náchodě
svačiny – každý svoje
pitný režim zajišťuje oddíl (láhev vlastní)

K programu:

- Trénink: krytý bazén v Náchodě, odpoledne 14:00 – 15:30
- Všeobecná příprava na přilehlých venkovních sportovištích
- Gymnastická a regenerační cvičení, lehkootletické dovednosti,
- Volnočasové aktivity a hry na ven i dovnitř
- Výlety po okolí

Cena: CELKOVÁ CENA 2.500,- Kč

uhraďte na účet TJ Delfin Náchod

č.ú. **2001600728/2010** – nejpozději v termínu do **25.6.2024**

do poznámky pro příjemce uveďte k identifikaci platby

“jméno+příjmení+LSNA2024”

- přihlášku poslat na rossiodena@gmail.com v termínu do 31.5.2024