

Pokyny soustředění SCD - TK Horní Jelení (10.3.-12.3.2023) - RZ Tramtáryje, Ostřetín 256

Ubytování: na lůžku (bude tam prostěradlo), **vlastní spacák + polštářek**, rozdělení do pokojů bude na místě

Strava: plná penze (začínáme v pátek večerí, končíme v neděli obědem) + pitný režim

S sebou: věci na běhání 2x, buzola, SI čip, čelovka (baterka), mapník, čepice, rukavice, baťůžek, láhev na pití, psací potřeby, přezůvky, průkaz zdravotní pojišťovny, GPS hodinky (*kdo zvládne, zřídte si účet na [3D rerunu](#). Vyzkoušejte, jak se tam nahrává záznam trasy (buď stažení souboru GPX z mobilní aplikace hodinek a následné nahrání nebo přes aplikaci Strava). Jméno si zvolte takové, aby bylo jasné, o koho jde.*)

Cena: základní cena 2 000,- Kč (ubytování, plná penze, mapy, doprava)

Vaše platby (**na místě v hotovosti**): SCD A – 1 300,- Kč

SCD B – 1 600,- Kč

SCD C – 1 800,- Kč

Program – Horní Jelení a okolí – uvedené časy jsou orientační:

pátek : 14.30 hod příjezd

15.15 hod **trénink – linie**

18:00 hod večere

18.45 hod příprava na noční trénink

19.30 hod **trénink – noční** (nebojte se ☺ je možné jít i ve dvojicích nebo skupinkách)

Sobota: 8.00 hod snídaně

10.00 hod **trénink – okruhy na SI**

12.30 hod oběd

15.30 hod **trénink – krátká trať na SI**

18.30 hod večere

19.00 hod rozbor tréninků, hry,...

Neděle: 8:00 hod snídaně

10:00 hod **trénink – hromadný start**

11:30 hod balení, úklid

12:30 hod oběd

13.15 hod odjezd

Návrat domů – děti Vás budou telefonicky informovat, vyzvedněte si je na místě určení včas!

Rozdělení do aut: (řidiči s sebou kopii velkého technického průkazu)

Jana Kostková – Liber Tom, Liber Vašek, Podmol Ondra, Maroszczyk Witold

Jan Kotůlek – Kotůlková Dorka, Kotůlek Vít, Rinka Vojta, Bokišová Johanka

Soňa Létalová – Kloze Albert, Kloze Katka, Létal Hynek, Létal Jonáš, Létalová Eva, Ligocká A.

Pavel Štětinský – Horáková Gabka, Naumenko Sofia, Skupieňová Eliška, Jurčková Sofie

Josef Juřeník – Burešová Eliška, Burešová Sofie, Chudíková Magda, Juračáková Judita

Tomáš Vavřík – Cymorková Julie, Máchová Barča, Mecová Markéta, Myslivec Lukáš

Zdeňka Kawuloková - Kawulok Matyáš, Kawuloková Terka, Bruk Tomáš, Bruk Lukáš

Odjezdy aut v pátek: Parkoviště Tesco Frýdek Místek, Příborská ulice

Jana (777896979) – z Opavy (Statková 3) v 11.00 hod, Frýdek Místek – parkoviště Tesco – 12:00 hod

Honza (608735329) – dle domluvy s řidičem z Opavy v cca 12:00 hod

Soňa (733614363) – Frýdek Místek – parkoviště Tesco – 12:00 hod

Pavel (604569405) – od úřadu Jih v Hrabůvce v 11.30 hod, z Frýdek Místek – parkoviště Tesco – 12:00 hod

Josef (602785092) – Frýdek Místek – parkoviště Tesco – 12:00 hod

Tomáš (732400101) – Frýdek Místek – parkoviště Tesco – 12:00 hod

Zdeňka (792360694) – dle domluvy s řidičem z Třince v cca 11:30 hod