

## Cyklistický příměstský tábor ASCM - Brno 2024

**Místo konání:** Stadion za Anthroposem

**Termíny:** 15.7. – 19.7. a 19.8. - 23. 8. 2024

**Nástup:** 7:45 - 8:00 hod.

**Konec:** 16:30 - 17:00 hod.

### **Jak se přihlásit:**

1. zaslat vyplněnou přihlášku a potvrzený posudek lékaře na e-mail [mtbtrener@gmail.com](mailto:mtbtrener@gmail.com) s předmětem Přihláška příměšťák 2024
2. přihláška je platná po uhrazení

### **Platba:**

Na účet: 256101382/0300

Specifický symbol: pro červenec je 003 a pro srpen je 004

Poznámka: jméno dítěte a ročník narození

### **První den při nástupu odevzdat:**

1. podepsanou bezinfekčnost - Není třeba ji mít potvrzenou od lékaře. Ale datovaná musí být v den nástupu na příměšťák.
2. okopírovanou kartičku zdravotní pojišťovny – doopravdy kopii, která může být černobílá
3. odjezd sami domů – chcete – li, aby Vaše dítě či děti, mohli odjíždět z tábora bez Vašeho doprovodu, je třeba vyplnit, podepsat a přinést Prohlášení o samostatném odchodu. (Můžete napsat i rukou. Není třeba mít vytisknutý náš formulář.)
4. léky, které potřebuje dítě brát během dne – rozepsaným s vysvětlením na papíře
5. nahlásit případné alergie při nástupu hlavnímu instruktorovi
6. zkontrolovat správnost telefonních čísel, pro kontaktování v případě potřeby
7. nahlásit případné dřívější ukončení příměšťáku – pokud dítě potřebujete v pátek vyzvednout dříve anebo v pátek již dítě nebude, prosíme ohlásit nejlépe první den tábora anebo nejpozději den předem a to ráno.

## **Vybavení:**

- Kolo (horské – vyservisované!)
- Náhradní duši - odpovídající průměru kola a také správný typ ventilku
- Přilba
- Rukavice na kolo
- Tyčinka či ovocná kapsička na kolo (kterou si dítě může vzít do kapsy) jako dopolední svačinu
- Bidon či batoh s rezervoárem
- Cyklo oblečení – odpovídající počasí
- Oblečení a obutí na případný pěší výlet či hry bez kola
- Pokrývku hlavy – proti slunci
- Nepromokavá bunda (pláštěnka)
- Ručník
- Plavky – na koupaliště nepůjdeme, ale hrajeme ve velkých teplech vodní hry
- Vhodné je mít i nějaké boty (žabky), které se nohou namočit při hrátkách s vodou
- Pastelky či fixy
- Děti si mohou vzít nějakou stolní hru, kterou mohou hrát v odpoledním klidu s kamarády.
- Knihu, křídly na zem či jiné podobné věci k zabavení se přes polední klid, které mají děti rády.

Prosíme, aby děti nechávali cennosti doma!

**Stravování:** Každý den bude pro děti připraven teplý oběd. Dále děti dostanou odpolední svačinu včetně ovoce či zeleniny. Po celý den bude zajištěn pitný režim.

Chcete-li dát dětem nějaké kapesné, prosíme jen o malé částky (např. 50 Kč). Děti budou mít vše zajištěno.