

Letní švihadlový kemp 2019

1.-4.8. Praha

Téma: „Skákání v Džungli“

Příjezd a registrace

Ti, kteří přespávají ve škole, mají možnost přijet již **31.7. Registrace proběhne v budově školy od 18:00 - 21:00.** Pokud plánujete přijet později, napište mi prosím email.

Pro ty, kteří nepřespávají ve škole nebo přijedou až **1.8. ráno, bude registrace ve sportovní hale od 7:00 - 8:30.**

Na registraci prosím přineste vyplněné a podepsané formuláře:

- **Prohlášení o bezinfekčnosti**
- **Kopii kartičky zdravotní pojišťovny**
- **Souhlas se zpracováním osobních údajů**
- **Posudek o zdravotní způsobilosti dítěte**

Formuláře naleznete v příloze a také na www.letnikemp.webnode.cz

Průběh kempu

7:00 - 8:30	Snídaně*
8:00	Otevření haly
8:45 - 12:00	Dopolední trénink a kurz pro trenéry
12:00 - 13:30	Oběd (společně nebo samostatně)
13:30 - 17:00	Odpolední trénink a kurz rozhodčí IJRU
17:00	Konec odpoledního tréninku, odjezd domů, odchod na večeři, volný program (poslední den, neděle 4.8., v 17:00 začíná KEMP SHOW)
17:15 - 18:45	Večeře**
18:30	Uzavření haly
22:00 - 6:00	večerka a noční klid*

*Pouze pro ty, kteří přespávají ve škole.

**Pouze pro ty, kteří přespávají ve škole nebo si doobjednali večeře.

Otevření haly

Hala se každý den bude otevírat v **8:00**, první den v **7:00**. Prosíme, aby všichni účastníci byli do **8:30** v hale.

Dopolední trénink

Dopolední trénink začíná už v 8:45. Dopolední trénink jsme protáhli o 15 minut, abychom měli dostatek času na kvalitní rozehrátí a pečlivé protažení. Během dopoledne bude probíhat **Školení trenérů**.

Oběd

Na obědy budeme chodit do školní jídelny na adrese [ZŠ Chodov, Květnového vítězství 57/17, 149 00 Praha 11-Chodov](#). Budete rozděleni do 2-3 skupin (dozvíte se na místě), ve kterých budete chodit společně po celou dobu kempu. Do skupiny bude vždy přiřazen vedoucí. Prosím chodte na jídlo v daných skupinách a dbejte na bezpečnost, obzvlášť při přecházení silnice.

Nezletilí nesmí nikdy chodit sami bez dozoru. To stejné platí i pro cestu zpět do haly.

Kdo nemá objednané jídlo, má vlastní polední pauzu. Prosíme, jídlo si noste ven. Vraťte se do haly tak, abyste stihly začátek odpoledního tréninku ve 13:30.

Odpolední trénink

Začátek ve 13:30. Odpoledne bude probíhat **Školení rozhodčích IJRU**.

Během odpoledního tréninku bude cca. 15 minut pauza na svačinu.

Poslední den (neděle 4.8.) bude odpolední trénink pouze do 16:00. Následuje hodinová pauza, během které se bude připravovat závěrečná show.

Konec dne, odjezd a večeře

V 17:00 odpolední trénink končí

Kdo nemá objednané večeře, opouští sportovní halu (registrace č. 1-pouze kemp, 2-kemp+jídlo, 4-kurz rozhodčí IJRU). **Rodiče si vyzvedávají děti u sportovní haly.**

Ti, kteří budou přespávat a nebo si doobjednávali večeře, odcházejí postupně ve skupinách na večeři

(registrace 3-kemp all inclusive a 7-doprovod all inclusive)

- večeřit se bude rovněž v budově základní školy na adrese: [ZŠ Chodov, Květnového vítězství 57/17, 149 00 Praha 11-Chodov](#)
- Během čekání můžete využít sprchy ve sportovní hale (do 18:30), od 18:30 - 22:00 budou k dispozici sprchy ve škole.
- po večeři se nevracíme zpět do haly.
- **Rodiče si děti vyzvedávají na adrese základní školy!**

V 18:30 se hala zavírá.

Večerní program

- Společný **večerní program** není pevně daný.
- Ve volném čase můžete využít **bazén s aquaparkem** vedle haly.
Otevírací doba: po-pá 6:30 - 21:00, so-ne 8:00 - 21:00.
Cena za 80 minut: dospělí 120 Kč, studenti 90 Kč, děti do 150 cm 80 Kč.
Více informace na: <http://jedenactka-vodni-svet.cz>
- Také si můžete užít atmosféru večerní Prahy.
- Pokud byste měli nějaký nápad na zorganizování večerního programu na venkovním pozemku u školy nebo v prostorách školy, tak určitě napište a popř. můžeme program společně naplánovat.

Kemp Show - zakončení kempu

V závěrečné **KEMP SHOW** vystoupí všichni účastníci kempu i lektori. Prosím, pozvěte vaše kamarády, známé a rodinu. Bude to vyvrcholení a zároveň zakončení celé akce. Určitě to bude skvělá podívaná. Show začne v **17:00**. Tématem kempu je „skákání v džungli“. Jakékoli kostýmy jsou vítány :). Předpokládaný konec kemp show je v 18:00.

Informace o hale

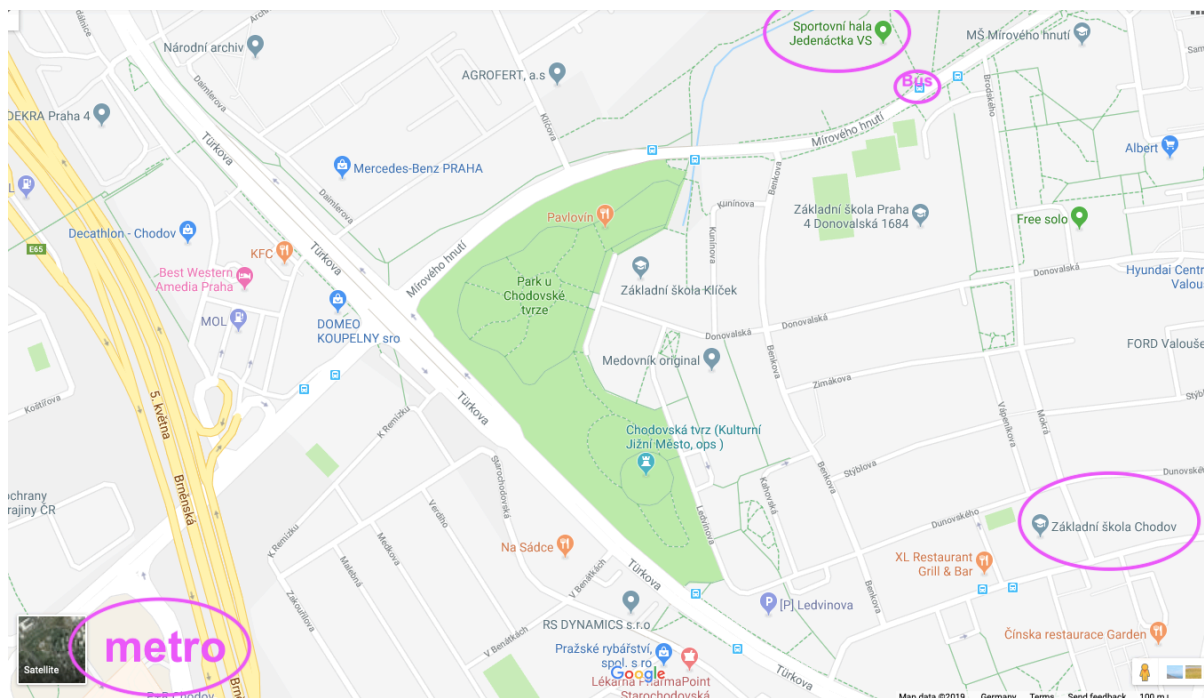
Adresa: [Mírového hnutí 3, 149 00 Chodov-Praha 11](#)

- V hale je k dispozici 6 šaten se sprchami a záchody, které budou rozděleny na dámské a pánské. Prosíme Vás, abyste po sobě při používání šaten, záchodů a sprch, po sobě udržovali pořádek.
- Vstup na sportovní plochu pouze ve **sportovní sálové obuvi**, nejlépe s bílou podrážkou
- Vstup ve venkovní obuvi do haly je možný pouze na tribunu.
- **Na sportovní ploše prosím nejezte a nepijte**. Pít můžete na tribunách. Jídlo prosím mimo sportovní halu, ve vestibulu nebo venku.
- **Cenné věci nenechávejte v šatnách**. Za Váš osobní majetek neručíme. Můžete si je vzít s sebou do haly, kde je můžete odložit na tribunu.
- V hale u recepce bude po celou dobu konání kempu otevřen **bufet**, kde si můžete koupit občerstvení.
- V hale si také budete moci koupit **švihadla a oblečení**.
- Vedle haly je **bezplatné parkoviště**, kde vždy snadno zaparkujete

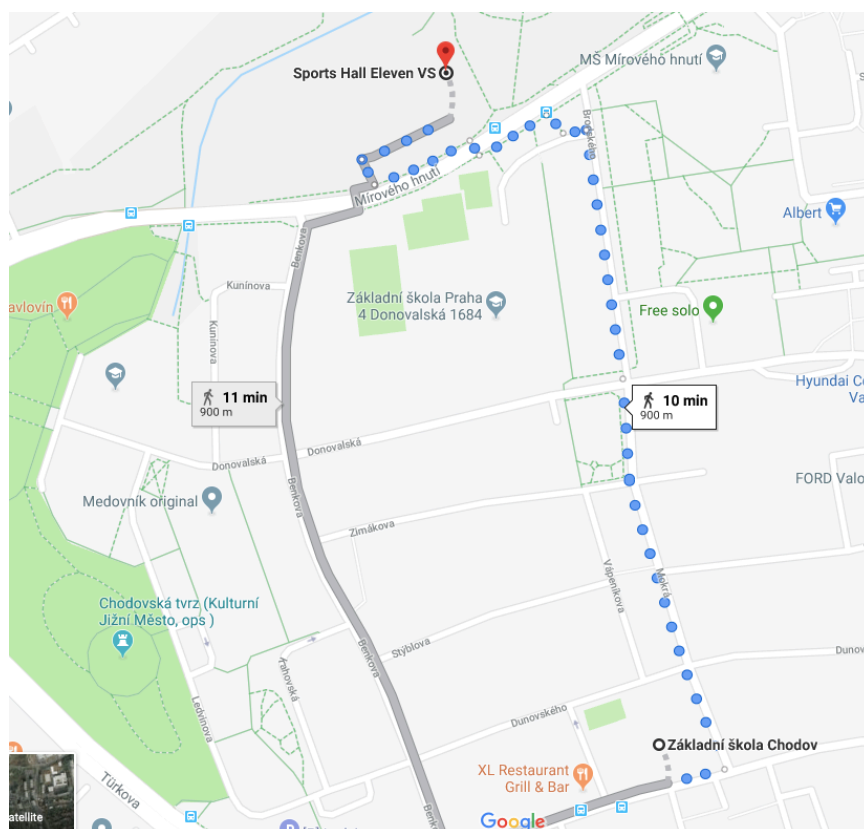
Jak se dostat do sportovní haly

MHD

- 1) Dojeďte na stanici metra **Chodov** (trasa C) a odtud autobusem č. 154 nebo 197 do zastávky Brodského
- 2) Dojeďte na stanici metra **Budějovická** (trasa C) a odtud autobusem č. 170 do zastávky Brodského



- 3) Ze školy chůzí 8-10 min



Informace o škole

Adresa: [ZŠ Chodov, Květnového vítězství 57/17, 149 00 Praha 11-Chodov](#)

- **Snídaně 7:00 - 8:30** ve školní jídelně.
- Vzdálenost **od haly 8-10 minut chůze**.
- Spát budete ve třídách, které se nebudou samostatně zamykat. Raději si proto všechny cennosti vezměte s sebou do haly.
- Ve škole jsou k dispozici **sprchy**, ale i přes to bychom Vás chtěli poprosit, abyste využívali sprchy i ve sportovní hale, které můžete využít do 18:30. Nedoje tak k tomu, že nebude dostatek teplé vody. Sprchy ve škole budou otevřené 6:30 - 8:30 a 18:30 - 22:00.
- Na pozemku školy je zahrada, kterou můžeme využívat.
- **Důležité upozornění:** elektrické spotřebiče (např. varné konvice) jsou ve třídách zakázány. Prosíme rovněž, abyste vytahovali nabíječky ze zásuvky. Mohlo by dojít k přetížení sítě.

Jak se dostat do školy?

MHD z Hl. nádraží:

- 1) Dojeďte na stanici metra **Roztyly** (trasa C) a odtud autobusem č. 203 do zastávky **Mokrá**
- 2) **Uber**

