

ZIMNÍ VÍKEND KARATE 2018

1. Lokalita zimního soustředění



Zimní setkání karate Shirokan Dojo bude konat na Lipně, ubytování bude na “Chatě LANOVKA”. Chata je umístěna přímo pod lanovkou skiareálu Kramolín.

Penzion nabízí ubytování v 6-ti lůžkových pokojích v apartmánech vybavených sociálním zařízením. Prostory jsou nekuřácké.

Areál je vybaven 4-sedačkovou lanovkou, možností návštěvy stezky v korunách stromů nebo blízkých šumavských výletů.

<http://www.chatalanovka.cz>



2. Ubytování

V penzionu nové 8-ti lůžkové apartmány s vlastním sociálním zařízením.



3. Stravování

Chata Lanovka má vlastní kuchyni. Vyzkoušeli jsme a vaří skvěle. V penzionu máme zajištěnou plnou penzi (snídaně, oběd a večeře).

Po příjezdu bude následovat ubytování a večeře. V den odjezdu končíme po obědě.

4. Časový rozvrh dne a program

07.30	budíček, ranní hygiena
07.45	rozcvička + běh
08.30	snídaně
09.30 - 12.30	dopolední program
12.45	oběd
13.15 - 14.30	polední klid
15.00 - 18.00	odpolední program
18.30	večeře
19.30 - 22.00	večerní program
22.00	večerka



Hlavní náplní je společné setkání dětských i dospělých členů z našeho oddílu karate. Budou dělat výlety, **když bude sníh**, tak především lyžování, koulavačka a sáňkování/bobování a navečer budou večerní společenské hry.

V případě zájmu a dobrých sněhových podmínek je možné zajistit lyžování na Špičáku v Železné Rudě.

5. Doprava na zimní víkendové setkání

Zajištěná jednotně autobusem Z Českých Budějovic od ZŠ L. Kuby a zpět. Autobus bude přistaven před školní jídelnou.

6. Termín soustředění:

23 - 25. 3. 2018

Odjezd v pátek 23. 3. 2018 v 15:00 hodin

Předpokládaný návrat v neděli 25. 3. 2018 cca v 17:00 hodin

7. Cena, přihlášky a platba na zimní setkání karate

Cena za zimní víkend..... 1800,- Kč

Cena zimního víkendu zahrnuje:

- ubytování (2 noci)
- stravování formou plné penze 3 x denně (začíná se večeří a končí obědem)
- využití všech vnitřních i venkovních prostor pensionu
- autobusová doprava

Přihlášky na zimní setkání karate:

Přihlášky jsou elektronickou formou - emailem. Přihlášku zasílejte na adresu shirokan.dojo@icloud.com. Do názvu mailu uvádějte **Přihláška zimní víkend**.

Přihlášky posílejte IHNEDE!

Pro realizaci společného setkání je nutné, aby bylo přihláшено alespoň 12-15 účastníků. Předběžně rezervováno 24 míst.

Platba zimního setkání karate:

Platbu je možné provést pouze převodem na účet Shirokan Dojo, číslo účtu **214 809 710 / 0300**, poznámka k platbě (zimní víkend karate - jméno účastníka). Platba musí být uhrazena nejpozději do **16.3.2017**.

8. Co nesmím zapomenout vzít s sebou

- kopie zdravotního průkazu pojišťovny
- potvrzení o bezinfekčnosti - potvrzení napíše rodiče
- informace o zdravotním stavu a soupis pravidelně podávaných léků

Věci s sebou:

- teplé oblečení do zimy (zimní bunda, oteplováky, čepice, rukavice, apod..) + náhradní oteplováky a rukavice
- zimní obuv (**zimní boty, pohorky nutné!!!!**)
- sluneční brýle
- svetr teplý nebo mikina

Ostatní:	hygienické potřeby ručník spodní prádlo pyžamo pantofle / přezůvky pravidelně užívané léky	kapesné (limča, případně vstupy, vleký, ...) psací potřeby + blok, sešit baterka malý batoh láhev na pití (plastovou) drobné společenské hry
-----------------	---	---

Sportovní:

- lyže (bude upřesněno dle sněhových podmínek)
- boby, pekáč

9. Info



Ing. Tomáš Kovalovský
tel: +420 725628929
email: shirokan.dojo@icloud.com
www: <http://www.shirokan.cz>

Ing. Karel Boček
tel: +420 724057543
email: bocekk1@gmail.com
www: <http://www.shirokan.cz>