



PROPOZICE

29. 6. – 8. 7. 2018)

ADRESA TÁBORA:

AEROBIC CLUB DDM

RS Termit 25

Bezděžská 260, 472 01 Doksy

I. Informace o táboře

II. Informace k odjezdu

III. Základní instrukce rodičům

IV. Doporučený seznam věcí

Kontakt na hlavní vedoucí tábora: 603 57 22 02

Aerobic club DDM ÚL

I. Informace o táboře

Ubytování ve zděné budově ve dvou až pětilůžkových pokojích se společným sociálním zařízením na patře.

V ceně tábora je doprava, strava 5 x denně, pitný režim, ubytování v budově, pedagogický a zdravotní dozor. Snídaně formou bufetového stolu. Doporučujeme vzít si s sebou rozpustné pití, drobné sladkosti.

Program tábora je zaměřen nejen na sport, ale i na rekreaci a zpříjemnění prázdninových dní dětí. Připravena je olympiáda, celotáborová hra, táborák, diskotéka, výlety, aerobic maraton a mnoho dalších her.

Doprava na tábor je autobusem.



II. Informace k odjezdu

Odjezd je 29. 6. v 16:00 hod. od hypermarketu **ALBERT** na Severní Terasě.

Sraz v 15:30 hod. na parkovišti hypermarketu Albert.

Příjezd na tábor bude cca v 17:00 - 17:30 hod. (první jídlo bude večere).

U autobusu nezapomeňte hlavnímu vedoucímu odevzdat:

- průkaz pojištěnce (nebo kopii)
- prohlášení zákonných zástupců dítěte
- prohlášení o zdravotní způsobilosti dítěte (nemusí mít členové závodních týmů aerobiku, kteří prohlášení řádně odevzdali!!!)
- souhlas GDPR
- léky, které dítě užívá – podepsané s popisem dávkování

Dítěti dejte na cestu:

- příruční batoh
- svačinu
- láhev s pitím (nedoporučujeme sycené nápoje)
- igelitový sáček (případně před cestou kinedryl + druhý s sebou na zpáteční cestu)

Předpokládaný čas příjezdu: 8. 7. 2017 v 11:00 - 11:30 hod. na parkovišti hypermarketu Albert (Severní Terasa, Ústí nad Labem)

III. Základní instrukce rodičům

- ↪ dítě na tábor je povinen předat a zpět převzít alespoň jeden z rodičů, pokud si dítě nebudete moci vyzvednout a budete chtít, aby samo odešlo po příjezdu domů, **musíme tuto žádost od vás obdržet písemně s podpisem ještě před odjezdem na soustředění!!!!**
- ↪ při balení zavazadla mějte na paměti, aby dítě našlo to nejnütnější pro všechny rozmary počasí, zejména malým dětem věci označte a do zavazadla vložte seznam
- ↪ **NEDÁVEJTE MOBILNÍ TELEFONY a jiné cenné věci (iPad, notebook, šperky apod.); cenné věci mohou být po dobu tábora uschovány u hlavního vedoucího (jinak není možné za věci ručit)** Bohužel s jejich přítomností máme každoročně spoustu negativních zkušeností. Proto jsme se rozhodli vás ještě teď, krátce před začátkem tábora, oslovit.

V čem je problém? Některé děti telefon mají, jiné ne, to znamená, že některé mohou mluvit s maminkou, ale další ne, což vede ke zbytečným steskům a nedorozuměním. Používání telefonů velice často narušuje program v oddílech, zejména menší děti slíbí, že zavolají mamince v určitou hodinu, ale teď si zrovna hrají s oddílem... a jsou z toho slzičky. Jsou děti, které očekávají telefon od rodičů a proto svého telefonního „miláčka“ stále vláčí při sobě, což je nejlepší způsob, jak mohou přijít, protože ho prostě ztratí. Děti mají tendenci jakoukoli maličkost řešit zavoláním domů - za chvíli už je vše pořádku, ale rodiče mají zbytečnou starost. Tábor nedisponuje dostatkem zásuvek pro nabíjení všech telefonů, proto jej dětem nenabíjíme.

Proto Vás žádáme, nechte si mobilní telefony doma. Důvěřujte nám. Děti si užívají táborový život a telefon je v tento moment pouze rušivým elementem. Podle našeho názoru si děti prostě potřebují odpočinout od telefonu a jiných vymožeností (televize, počítač, internet), navíc kontakt s dětmi lze udržet i jinak - nezapomeňte dětem napsat dopis, lístek, protože se na něj moc těší (dokonce i ti starší a zkušenější táborníci). Odpočiňte si vy od dětí a nechte odpočinout děti od vás... budou se na vás pak o to více těšit a vyprávět co prožily. Nebojte se, v případě problému vás budeme kontaktovat sami. Samozřejmě pokud máte jakékoliv obavy o dítě nebo dotazy, neváhejte a zavolejte na naše kontaktní číslo vy a domluvíme se společně na dalším postupu.

Nechceme a v zásadě ani nemůžeme zakazovat použití mobilních telefonů. Chceme jenom, aby vaše děti prožily hezkých 10 dní v přírodě, které budou vyplněné sportem, hrami a kamarádstvím a jsme toho názoru, že elektronické „výdobytky“ dnešní doby mají zůstat doma – těch si všichni užijeme během celého roku dost a dost. Prostě telefon na tábor nepatří ☺

↪ **návštěvy rodičů na tábore nejsou povoleny!**

Vedoucímu u odjezdu můžete odevzdat předepsané pohledy pro děti (vedoucí je budou dětem rozdávat postupně). Také doporučujeme mobilní aplikaci od České pošty „POHLEDNICE“ – máme odzkoušeno a funguje suprověZpravodajství z tábora můžete sledovat na www.aerobicddmul.cz v sekci TÁBOROVÉ ZPRAVODAJSTVÍ (psát dětem vzkazy můžete také na stránkách do návštěvní knihy – dětem je pravidelně čteme)



IV. Doporučený seznam věcí

(pokud možno, všechny věci podepište)

Berte, prosím, zřetel na předpovědi počasí

Oblečení:

- 10 x slabší (bavlněné) ponožky
- 3 x silné ponožky
- 2 x tepláková souprava
- 1 x šustáky
- 5 x tričko s krátkým rukávem
- 2 x tričko s dlouhým rukávem
- 1 x svetr
- 2 x mikina
- 1 x větrovka
- 1 x pyžamo
- 1 x kalhoty dlouhé
- 2 x kraťasy, bermudy
- 2 x plavky
- 1 x šátek
- 1 x pokrývka hlavy (**kšiltovka** apod.)

Pláštěnka !!!

Cvičební úbor !!!

Švihadlo!!!

Doplňující věcíčky na činnost:

- ; **Balíček papírových kapesníků**
- ; **Jakékoliv látkové mašličky (jednobarevné, háčkované, zkrátka jakékoliv) – cca 1 m**
- ; **5 ks ubrousků s různými menšími motivy (např. kytičky, srdíčka, zvířátka, apod.)**
- ; **Zbytky látek cca 20x20 cm – 3 ks**

Obuv:

- botasky (či jinou pevnější obuv na výlety)
- tenisky, bačkůrky,
- sandály (nebo jinou volnou obuv)

boty na cvičení (bude se cvičit převážně venku)

Holínky !!!



Doporučujeme:

manikúru, hračku, pátku na stolní tenis,
blok, psací potřeby, fixy, pastelky
funkční baterka (s novými bateriemi)
dopisní papíry, známky, obálky,
hudební nástroj (hraje-li dítě),
zpěvníček

Neplavci – nafukovací křídélka nebo kruh
možno přibalit nafukovací míč do vody

Toaletní potřeby:

mýdlo
pasta na zuby, kartáček
denní krém
krém na opalování
hřeben, šampón
2 x ručník, z toho jeden větší (osuška)
1 x osuška na ležení u vody
kapesníky
jelení lůj, sluneční brýle
Repelent proti komárům a klíšťatům,
případně Fenistil gel !!!

Vše, prosíme, sbalte nejlépe do velkého kufru.