Reprezentácia slovenskej republiky

v rádiovom orientačnom behu

Vajanského ul.

Kysucké Nove Mesto

[www.rob.sk](http://www.rob.sk/)

**POZVÁNKA**

**Sústredenie žiackej, dorasteneckej, seniorskej a veteránskej reprezentácie**

**Slovenskej republiky v ROB**

**8. – 10.12. 2017 – Skalka nad Kremnicou –chata Skalka**

Pozývame Ťa na reprezentačné sústredenie širšieho výberu reprezentácie v rádiovom orientačnom behu, ktoré sa uskutoční od 8.12-10.12.2017 na Skalke.

Stretnutie prihlásených účastníkov je 8. decembra 2017 do 12:00 hod, Skalke**.** Návrat zo sústredenia je 10.12.2017 okolo 16,00 hodine.

Cieľom sústredenia je začiatok kondičnej prípravy na novú sezónu a základy pohybu na běžkách, teoreticko-taktická príprava pretekára ROB.

Program bude upresnený podľa poveternostných podmienok v dobe sústredenia.

**Doprava na sústredenie:** Autami.

**Strava:**  Začína večerou 8.12.2016 a končí obedom 10.12.2016. Zabezpečený pitný režim, vo forme čaju alebo iontového nápoja.

**Poplatky:** Ubytovanie a strava (70 Eur)hradené pre reprezentantov, ostatní hradia namieste.

**Prihlášky:** Záväzné prihlášky do 4.12.2017 na adresu: simecek@jfmed.uniba.sk Prihlasiť sa třeba čo najskôr. Potrebujeme upresniť stravu s ubytovateľom. Ďakujeme

Po tomto termíne je potřebné konzultovať prihlášku s trénerom reprezentácie a ubytovateľom.

**Povinná výbava: Podľa počasia bude upresnená výbava.**

Bežky (zakrúžkovaním potvrď, či máš alebo nemáš bežky k dispozícií), tenisky ( na von behanie a iné aktivity), oblečenie na dvojfázový tréning vonku, plavky do bazéna, prezúvky do chaty, náhradné oblečenie 3x, hygienické potreby, archív máp, tréningové deníky, kartička poistenca, hodinky, společenské hry.

bežky: mám nemám

Ak nemáš, napíš číslo topánok aké používaš a bežky skúsime požičať.

číslo topánky:............

**Dobrovoľná výbava:** spoločenské hry a ďalšia výbava na voľnočasové aktivity

**Potvrdenie účasti:**  áno nie

Účastník sústredenia berie nejaké lieky (napíš aké).................,

alergie alebo iné ťažkosti (napíš aké) .........................................

PaedDr. Šimečková Anna

PardDr.Šimeček Jozef

Trénerka žiackej a dorasteneckej reprezentácie