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**

**17. – 20.02. 2018 – Krahule–chata Považanec**

Pozývame Ťa na reprezentačné sústredenie širšieho výberu reprezentácie v rádiovom orientačnom behu, ktoré sa uskutoční od 17.02-20.02.2018 na Krahuliach.

Stretnutie prihlásených účastníkov je 17. februára 2018 o 9:00 hod. Murgašova 12, Martin **.** Návrat zo sústredenia je 20.02.2018 okolo 18,00 hodiny.

Cieľom sústredenia je pokračovať vo zvyšovaní kondičnej prípravy na sezónu a zdokonalovanie pohybu na bežkách a teoreticko-taktická príprava pretekára ROB.

Program bude spresnený podľa poveternostných podmienok v dobe sústredenia.

**Doprava na sústredenie:** Autami.

**Strava:**  Začína večerou 17.02.2018 a končí obedom 20.02.2018. Zabezpečený pitný režim, vo forme čaju alebo iontového nápoja.

**Ubytovanie:** ubytovanie je zabezpečené v súkromnej chate. **Nutné vlastný spacák a prezuvky**

**Poplatky: účastnícky poplatok 10 Eur a 5 Eur doplatok za ubytovanie/pobyt** Ubytovanie a strava, bazén, pitný režim (celkové náklady 70,00 Eur je povinný prihlásený účastník uhradiť ak sa sústredenia nezúčastní )

Hradiť sa bude na mieste na začiatku sústredenia.

**Prihlášky:** Záväzné prihlášky do 9.2.2018 na adresu: simecek@jfmed.uniba.sk **Prihlásiť sa treba čo najskôr. Potrebujeme spresniť stravu s ubytovateľom.**  Ďakujeme

Prihlášky po tomto termíne je potrebné konzultovať  s trénerom reprezentácie a ubytovateľom.

**Povinná výbava: Podľa počasia bude spresnená 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, prezuvky do chaty, náhradné oblečenie 3x, hygienické potreby, tréningové denníky, kartička poistenca, hodinky, spoločenské hry.

bežky: mám nemám

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

číslo topánok:............

**Dobrovoľná výbava:** spoločenské hry a ďalšia výbava na voľno časové aktivity

**Potvrdenie účasti:**  áno nie

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

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

PaedDr. Šimečková Anna

Trénerka žiackej a dorasteneckej reprezentácie

V Martine 29.01.2018