

**Dorastenecká reprezentácia
Slovenskej republiky
v rádiovom orientačnom behu
Slovenský zväz rádioamatérov
Mlynská 4
900 31 Stupava
e-mail: szr@szr.sk**



Sústredenie žiackej, dorasteneckej reprezentácie Slovenskej republiky v ROB

Pokyny

- Názov akcie:** Technické sústredenie Mošovce
Cieľom sústredenia je zlepšovanie technických zručností pretekára pri práci s prijímačom a mapou, kontrola funkčnosti prijímačov.
- Termín:** 2. – 4. marca 2019
Zraz účastníkov je 2.3. o 8,30 hod. v Martine na Murgašovej 12
Predpokladaný návrat je 4.3. o 17,00 hod.
- Účastníci:**
M14 Martin Surovčík, Michal Surovčík
M16 Matej Budiský, Michal Nosál, Tomáš Jurčík, Vratko Pravňan
D14 Katarína Cuninková, Adriana Kurucová, Kristína Toporová
D16 Paulína Dudová, Alena Kubalová, Paulína Vladárová, Karolína Toporová
- Tréneri:** Anna Šimečková, Jozef Šimeček
- Ubytovanie:** Autokemping Drienok Mošovce, 3-posteľové izby v hlavnej chate
- Strava:** Strava začína obedom 2.3. a končí obedom 4.3. Zabezpečený pitný režim vo forme čaju.
- Doprava:** Autami. Preplatené budú cestovné náhrady v zmysle platných predpisov.
- Potvrdenie účasti:** **Záväzné potvrdenie účasti do 21.2.2019** na adresu: simecek@jfmed.uniba.sk alebo SMS na číslo 0905 204759.
Potvrdenia po tomto termíne je potrebné konzultovať s trénerom reprezentácie a ubytovateľom!
- Upozornenie:** V prípade neúčasti prihláseného účastníka na sústredení tento uhradí už vzniknuté náklady (cca 70 eur).

Program:**Sobota 2.3.2019**

8,30 zraz účastníkov a presun do ubytovacieho zariadenia v Mošovciach

11,00 foxoring na 10 vysieláčov

poobede hviezdica na 3,5 MHz a 144 MHz

Nedeľa 3.3.2019

doobeda pretek 3,5 MHz

poobede OB pretek

podvečer bazén

Pondelok 4.3.2019

doobeda pretek 144 MHz

poobede pretek dvojíc jeden 3,5 MHz a druhý 144 MHz

17,00 odchod účastníkov zo sústredenia

Povinná výbava:

Bude upresnená podľa počasia, ale základ tvoria:

tenisky (aspoň 2 ks len na tréningy v teréne), oblečenie na dvojfázový tréning vonku, plavky do bazéna, prezúvky do chaty, náhradné oblečenie 3x, hygienické potreby, archív máp, tréningové denníky, kartička poistenca, hodinky, rukavice, čiapky, topánky teplé staršie, buzoly, prijímače, mapníky

Dobrovoľná výbava:

spoločenské hry a ďalšia výbava na voľnočasové aktivity

Zdravotné problémy:

Zákonný zástupca dieťaťa je povinný informovať trénerku o zdravotných problémoch alebo alergiách dieťaťa, takisto aj o liekoch, ktoré dieťa užíva.

V Martine dňa 19.2.2019

PaeDr. Anna Šimečková

trénerka dorasteneckej reprezentácie

simeckovaanna@centrum.cz

tel: +421905786648