Dorastenecká reprezentácia

Slovenskej republiky

v rádiovom orientačnom behu

Mlynská 4

900 31 Stupava

e-mail: [szr@szr.sk](mailto:szr@szr.sk)

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

**POZVÁNKA**

**Sústredenie žiackej, dorasteneckej reprezentácie**

**Slovenskej republiky v ROB**

**22.2. – 25. 2. 2020 – Mošovce**

Pozývame Ťa na technické reprezentačné sústredenie žiakov a dorastencov v rádiovom orientačnom behu, ktoré sa uskutoční od 22.2.- do 25.2.2020 v Mošovciach.

Stretnutie prihlásených účastníkov je 22. februára 2020 o 8:30 hod, Murgašová 12, 036 01 Martin**.** Návrat zo sústredenia je 25.2.2020 po 17:00 hodine.

Cieľom sústredenia je práca s technikou a mapou a spájanie týchto činností s pohybom pretekára v teréne a teoreticko-taktická príprava v ROB.

**Doprava na sústredenie:** Autami za pomoci rodičov

**Strava:**  Začína obedom 22.2.2020 a končí obedom 25.2.2020. Zabezpečený pitný režim, vo forme čaju.

**Poplatky:** 60 eur .- v prípade , že sa prihlásení účastník nezúčastní ( okrem zdravotných problémov)

**Prihlášky:** Záväzné prihlášky do 10.02.2020 na adresu: [simeckovaanna@centrum.cz](mailto:simeckovaanna@centrum.cz) po tomto termíne je potrebné konzultovať prihlášku s trénerom reprezentácie kôli možnosti ubytovania.

**Povinná výbava:** tenisky ( na von behanie a iné aktivity), oblečenie na dvojfázový tréning vonku, plavky do bazéna, prezuvky 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

**PROGRAM SÚSTREDENIA:**

Program sústredenia:

22.februára 2020: **sobota** 8:30 hod. zraz účastníkov a presun do ubytovacieho

zariadenia v Mošovciach

11:00 hod. vyskúšanie prijímačov 3,5 MHz a 144 MHz

poobede hviezdica na 3,5 MHz a 144 MHz

23.februára 2020: **nedeľa** doobeda preteky 3,5 MHz poobede OB preteky

24.februára 2020: **pondelok** doobeda preteky 144 MHz poobede preteky dvojíc 3,5 MHz s jednými slúchadlami

25.februára 2020: **utorok** doobeda preteky šprint 2 kolový

poobede dohľadávky po zámere bez rádiá na azimut

17:00 odchod účastníkov zo sústredenia

PaedDr. Šimečková Anna

Trénerka