

Sportovní tábor s gymnastikou Kořínek 2023

Doporučené vybavení

Oblečení na tréninky, tj. gymnastický dres – min. 4x!!, včetně závodního dresu družstva
cvičky, legíny
Dlouhé kalhoty, tepláky, šušťáky
Kraťasy / šortky
Mikina, šušťáková nebo tepláková bunda
Nepromokavá bunda
Trička s krátkým i dlouhým rukávem
Spodní prádlo, slabé i silnější ponožky
Plavky, případně boty do vody (do brouzdaliště)
Pokrývka hlavy
Pyžamo
Pevné boty (pohorky)
Botasky nebo tenisky, sandály, holínky (dle uvážení)
Přezůvky

Psací potřeby, nůžky, pastelky, lepidlo v tyčince

Pláštěnka

Malá lahev s dobrým uzávěrem, podepsaná!

Malý batůžek na výlet

Baterka nebo čelovka

Sluneční brýle

Jelení lůj, krém na opalování, repelent

Šátek na krk (použijeme i na hry na zavázání očí)

Ručník, osuška na venkovní koupání, záchranné pomůcky pro neplavce (rukávky)

Hygienické potřeby (mýdlo, hřeben, šampon, kartáček a pasta na zuby)

Kapesníky (papírové)

Švihadlo - pokud upřednostňujete vlastní, jinak bude k zapůjčení

Kapesné dle uvážení (výlet, je možné zakoupit pohled, zmrzlinu v místě ubytování)

Knížka, oblíbená hračka, plyšák

Pytel na špinavé prádlo (nejlépe látkový)

Seznam všech věcí v kufro

Součásti oblečení a hygienické potřeby si každý přizpůsobí dle vlastní potřeby a zvyku.

Nedoporučujeme brát si s sebou větší částky peněz, elektronické hry - za případné ztráty a škody neručíme. **Není dovoleno používat mobilní telefony!** Telefon mají vedoucí a trenéři, v případě potřeby voláme. Krátká mobilní abstinence nám prospěje všem.

Všechny věci dítěte, prosíme, označte nebo podepište! Pokud můžete, **zabalte věci dítěti do kufro** – je vhodnější, vejde se pod postel.

Děti nesmí mít u sebe žádné léky, doplňky stravy a vitamíny. Připravené léky s popisem dávkování odevzdáte u zdravotníkovi nebo hlavní vedoucí. Případně volejte předem hlavní vedoucí - Gabriela Machová, 602566260.