

Sústredenie mladých lukostrelcov – letný tábor.

22/07/2018 - 27/07/2018 Sp.Vlachy ,rekresčná oblasť „Za hurou“

Upresnenie :

Termín nástupu22/07/2018 o 15.00 hod.individuálne v sprievode rodiča.

Prosím, rodičia nezabudnite na potvrdenie ,že dieťa je zdravé a môže pobývať v kolektíve!!!!!!

/forma potvrdenia – lekárske, alebo čestné prehlásenie rodiča o zdravotnom stave dieťaťa...Prosím, nepodceňujte to, aby z toho neboli nepríjemnosti.../

Termín odchodu.....27/07/2018 po obede ,od 13.30 hod. imndividuálne v sprievode rodiča.

- Privítanie, rozdelenie do izieb, inštruktáž,.....16.00 hod.

- Spoločná večera18.00 hod.

- Info o nasledujúcpm dni ,večerný program,.....večierka 22.00 hod,

Strava /denný rozvrh/ počas sústredenia t.j. nedeľa až piatok nasledujúceho týždňa :

/Denný rozvrh sa schvára v predchádzajúci deň večer na porade vedenia/

Raňajky8.30 hod.

9.00 – 12.30 technická vyuka v teréne po skupinách pod vedením inštruktorov podľa denného rozvrhu.

23/07/2018 strelecké testy – vstupné /strelba 30 výstrelov – preverenie výkonností/

27/07/2018 strelecké testy – vystupné /strelba 30výstrelov – overenie predpokladaného vzostupu výkonností /.

Cieľom je dosiahnuť vyšiu technickú a mentálnu úroveň ako na začiatku sústredenia.

Obed.....13.00 hod.

13.30 – 17.30 kontrolné strelby , testy,.....

Večera.....18.00 hod. / 27/07/2018 v deň odchodu domov len obed/.

18.30 – 21.30 teoretické vzdelávanie, diskusia ku dennému programu,.....

Večerný program /v stredu večer posedenie pri ohni , opekačka,..../

Večerná hygiena, večierka.....22.00 hod.

Pozn.: požiadavka na bezlepkovú stravu nebola vznesená.V priebehu dňa

k dispozícii volne minerálka so sirupom – pitný režim.

Celkom prihlásených 24 detí .

Dozor 5 dospelí. / 5 Inštruktori lukostrelby + 2 kadeti asistenti, dokumentarista sústredenia - fotograf/

Terče FITA a 3D terče, biely papier,.....

Doporučenia - výstroj:

Obuv – celá alebo polovičná ,do terénu na tréning. V čase mimo tréning sandále, tenisky,.....

Pre predpokladaný výskyt kliešťov a ostatného hmyzu – **repelentný prípravok** /spray, krém,...../

Vhodne dlhé letné nohavice alebo návlek na lýtka.

Fľaša na vodu – prenosná, **š i l t o v k a** alebo **klobúk** ,malý rupsáčik, slnečné okuliare,malý nožik zatvárací, zápisník resp. poznamkový blok, pero, nejaké to Euro na prílepšenie si alebo sladkosť v bufete,.....

Kto hrá na hudobný nástroj – gitara , banjo,.....vítané. Karty, šachy, domino,spoločenské hry.....vítané.

LUKOSTRELECKÁ VÝSTROJ ,ako na pretek , s potrebnými nahradnými dielmi

v prípade poruchy.....ďalekohľad,...stojan na luk, kto nosí sedačku,.....

Len pre pokoj na duši rodičov a Nech nás Pán ochraňuje skrze Nepoškvrnenú Matku Božiu , aby to nebolo na sústredení potrebné :

Zdravotná služba – stanica Rýchlej záchrannej služby v Sp.Vlachochoch – 10 min. dostupnosť

- NsP Krompachy

Ing.arch.Marián ANTAL

Predseda metodicko – trénerskej komisie SLA3D

Prešov 17/07/2018