

A-STYL PERFORMANCE CAMP

v termínu

25. 8. – 29. 8 2025

VŠEOBECNÉ DODATEČNÉ INFORMACE

V den nástupu na camp je nutné doložit:

- 1) podepsaný **souhlas zákonného zástupce** s podmínkami
- 2) podepsané **prohlášení o bezinfekčnosti** účastníka (s datem nástupu na kemp nebo den zpět)
- 3) okopírovanou **kartičku pojištěnce**
- 4) podepsaný **potvrzení plavce** (v pátek navštívíme koupaliště Vápenka)

Vše v papírové podobě. Potřebné formuláře lze stáhnout na www.astyl.cz v sekci „Letní kempy“.

Nástup a vyzvedávání:

Děti přivádějte v čase od 7:45 do 8:00 hodin. Vyzvedávejte je pak v 16:30 hodin.

- **V pátek je vyzvedávání dětí v 15:00!!!**

Pozn.: Vzhledem k naplánovaným činnostem a přichystanému programu prosím dodržujte tyto časy.

- Ve čtvrtek budou děti v A-STYL CENTRU spát. V tento den si děti vyzvedněte v 16:30 hod. a přivedete zpět v 19:30 (navečeřené, vykoupané :). Co s sebou najdete níže.

Nezapomeňte přibalit:

- 1) **Léky**, které účastník pravidelně užívá v době konání campu (podepsané a s uvedeným dávkováním). Informace o lécích a zdravotních omezeních musí mít účastník zapsány v přihlášce. Léky se odevzdávají v den nástupu trenérovi.
- 2) **Pevnou sportovní obuv** na ven a **taneční piškoty** dovnitř, **sportovní oblečení** do sálu (vždy prosím, aby s sebou měly holky i **dlouhé legíny**, nejen kraťasy) a sportovní oblečení na ven. Veškeré oblečení a obuv si děti mohou nechávat v šatně.
- 3) **Pokrývka hlavy + opalovací krém** (čepice, klobouk).
- 4) **Svačinu a láhev na pití (pitný režim zajištěn)**
- 5) **Ve čtvrtek** při příchodu večer, si děti přinesou matraci či podložku na spaní, spací pytel nebo deku, pyžamo, hygienické potřeby. Přespání je dobrovolné. Pokud se ho nebudete chtít účastnit, oznamte to dopředu trenérovi. Během večera pustíme pohádku v improvizovaném letním kinu a možná absolvujeme i večerní oblíbenou stezku „odvahy“ areálem☺).

REŽIM DNE

REŽIM DNE - BEAUTIES	
7:45 - 8:00	PŘÍCHOD
8:15 - 9:45	TRÉNINK I.
9:45 - 10:00	PAUZA I.
10:00 - 11:30	TRÉNINK II.
11:30	ODCHOD NA OBĚD
11:45 - 12:15	OBĚD
12:15 - 13:15	RELAX
13:15 - 14:45	TRÉNINK III.
14:45 - 15:00	PAUZA II.
15:00 - 16:30	TRÉNINK VI.



Neberte s sebou žádné cenné věci (mobilní telefony apod.)!