

## 2. Soustředění dětí Ústeckého kraje

11. – 13. dubna 2025, Mladotice

### Pokyny

|                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Příjezd:</b>                       | v pátek 11. dubna mezi 16-18 hodinou. Čím dřív, tím lépe, tím víc toho ještě stihneme za světla. :)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Odjezd:</b>                        | nedělní pozdní odpoledne/podvečer. Přes děti dáme vědět čas dopředu, uvidíme podle programu. Pokud by někdo potřeboval dřív, můžeme se domluvit. Ale když už se jede tak daleko, odjezd ihned po obědě mi přijde předčasný.                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Ubytování:</b>                     | Kemp U Hrocha ( <a href="#">50.0094N, 13.3692E</a> ), v chatkách<br>s sebou <b>povlečení / spacák a prostěradlo</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Cena soustředění:</b>              | <b>600 Kč</b> , všichni by už měli mít zaplacen<br>cena zahrnuje ubytování, stravování, zapůjčení mapy a přípravu tréninků<br>Výraznou částí přispívá ÚKS ČSOS.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Předběžný program soustředění:</b> | mapové tréninky (koridor, okruhy, vrstevnicovka, půlčíkové štafety, a další...)<br>noční miništafety po kempu<br>orientácký kvíz<br>drobná teoretická příprava<br>možná simulátor OB<br>výlet k Odlezelským vodopádům a jezeru                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Stravování:</b>                    | zajištěno v kempu:<br><b>pátek večeře:</b> svíčková na smetaně, houskový knedlík<br><b>sobota snídaně:</b> chléb s domácí pomazánkou – vajíčková, tvarohová s mrkví, džem, máslička, zelenina, čaj, káva<br><b>sobota oběd:</b> kuřecí řízek s bramborovým salátem<br><b>sobota večeře:</b> šunkofleky s kyselou okurkou<br><b>neděle snídaně:</b> míchaná vejce, pečivo, džem, máslička<br><b>neděle oběd:</b> těstoviny s boloňskou omáčkou<br><b>svačiny:</b> něco koupíme, ale můžete dětem přibalit sušenky, apod. |
| <b>S sebou:</b>                       | <b>povlečení / spacák a prostěradlo</b> , běžecké oblečení, běžecké boty do lesa, (vše několikrát...), čip, buzolu, případně GPS hodinky, čelovku, teplé oblečení na večer, lahev na pití, hrnek/kelímek na čaj, drobné kapesné (v kempu je kiosek), hygiena, ručník...<br>+ další běžné oblečení, obuv a věci pro pobyt v přírodě, v závislosti na počasí                                                                                                                                                              |
| <b>Organizátor:</b>                   | Ústecký krajský svaz ČSOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Kontakt:</b>                       | Martin Klein, 607 279 815, <a href="mailto:mail@kleinmartin.cz">mail@kleinmartin.cz</a><br><br>pro případ potřeby kontakty na další trenéry:<br>Jitka Pavlíková – 732 426 309<br>Gábina Kamírová – 604 956 945                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |