



ČESKÝ VESLAŘSKÝ SVAZ  
CZECH ROWING ASSOCIATION

## **DOBROVOLNÉ ZIMNÍ SOUSTŘEDĚNÍ SCM, 13. – 20. 1. 2019**

**Místo:** Kolínská Bouda, Pec pod Sněžkou 319 – Krkonoše

**Sraz:** V sobotu 13. 1. 2019 v 12:30 hod. v Peci pod Sněžkou. Doprava individuální – cestovné bude proplaceno dle směrnic ČVS. Čas srazu může být uzpůsoben individuálním možnostem dopravy (jízdni řády a podobně).

**Ukončení soustředění:** V neděli 20. 1. po obědě

**Stravování:** - zajištěna je plná penze od večere 13. 1. do oběda 20. 1.  
- s sebou jídlo na sobotní oběd, vhodné jsou také energetické tyčinky pro vytrvalostní trénink a iontový nápoj

**Vybavení:** - běžky (na klasiku nebo na bruslení – mohou být oboje), hůlky, boty  
2x funkční oblečení na běžky (běžecká kombinéza, sportovní kalhoty, šustáková bunda, teplé ponožky nebo podkolenky, čepice, rukavice, trika s dlouhým i krátkým rukávem, spodky atd.)  
sluneční brýle  
oblečení a obuv do chaty  
oblečení a obuv na posilování vlastní vahou  
toaletní potřeby  
zimní obuv  
sportovní obuv na ven  
lyžařskou ledvinku nebo bidon + cyklistickou láhev  
oblečení na spaní  
běžecké vosky, korek, odstraňovač vosků + hadr, stěrku  
**zdravotní průkaz pojištěnce**  
civilní oblečení

**Přihlášky:** Na e-mail [kucera@veslo.cz](mailto:kucera@veslo.cz)

**Peníze:** Vybíráme částku 1000,- Kč. Ostatní náklady hradí ČVS. V této částce je zahrnuto ubytování, stravování a doprava. Částku 1000,- Kč je třeba uhradit od 1. 1. do 8. 1. 2019 na účet číslo 172 390 2504 / 0600.

Vít Kučera  
ústřední trenér mládeže ČVS  
telefon: 777 602 942  
e-mail: [kucera@veslo.cz](mailto:kucera@veslo.cz)