

## Všeobecné pokyny k letním příměstským táborem

Co první den sebou?

- vhodné sportovní oblečení, náhradní oblečení, sportovní obuv na ven a čistou obuv do haly, pláštěnku, pokrývku hlavy, batoh, plavky, ručník
- svačinu dle vlastního uvážení (oběd budeme mít v České Boudě nebo Primirestu a v případě celodenního výletu se najíme po cestě), **kdyby Vaše dítě mělo nařízenou dietu nebo mělo jiné stravovací omezení, dejte nám co nejdříve vědět**
- lahev na pití (pitný režim během dne budou mít děti zajištěn)
- kdo užívá nějaké léky tak poprosíme o informaci k jejich podávání (alergie, astma, ...)
- kopii kartičky zdravotní pojišťovny
- v případě zdravotního omezení souhlasné potvrzení od lékaře (epilepsie, ...)
- podepsané prohlášení o bezinfekčnosti
- opalovací krém
- věci si během týdne mohou děti nechat v uzamčené skříňce v bazénu
- dobrou náladu

Zvažte prosím, zda děti musí mít u sebe mobilní telefon či nikoliv. Kontakty na všechny rodiče budeme mít po celou dobu u sebe a v případě potřeby vám zavoláme.

Těšíme se tedy na setkání v pondělí 20.7. a 10.8. v čase 7:45 – 8:15 hod. ve vestibulu plaveckého bazénu.

V případě jakýchkoliv dotazů se na nás s důvěrou kdykoliv obraťte.

Sportovní centrum Jilemnice, s.r.o.  
Jungmannova 146, 514 01 Jilemnice  
mob.: +420 603 584 948, 739 009 316  
e-mail: [info@sport-jilemnice.cz](mailto:info@sport-jilemnice.cz)  
<http://www.sport-jilemnice.cz>  
<http://www.ceskabouda.cz>