



INFORMACE K LETNÍMU WORKSHOPU GYMGYM

Místo konání: Sportovní Areál Hrušovany u Brna, Jízdárenská, 664 62. (Žlutá budova, nalevo od fotbalového hřiště)

Příjezd na letní workshop GYMGYM je v pondělí 9-9:30 hod.

Odjezd v pátek po 16 hodině.

V pátek před odjezdem bude od 15 hodin krátká ukázka pro rodiče. Jakékoliv změny termínu zahájení či ukončení workshopu je třeba individuálně projednat předem.

Stravování je zajištěné formou plné penze, včetně svačinek a pitného režimu. Stravovat se budeme v tělocvičně, proto prosíme, aby s sebou holky měly každá **svůj hrneček, misku, talíř i příbor**. Obědy a večeře nám budou vozit z restaurace Za Komínem ve várnících, snídaně budou nachystané formou bufetu. Nedávejte holkám s sebou prosím moc sladkostí ani jiných potravin. **Zvláštní požadavky na stravovací režim ze zdravotních důvodů je třeba uvést v dotazníku a předem projednat.**

Zdravotní problémy či užívání léků je třeba **uvést v dotazníku a projednat s** pořadatelem workshopu. Dostatečnou zásobu léků, na kterých bude napsáno jméno dítěte a způsob užívání, pak předat při příjezdu.

Každá gymnastka si s sebou přiveze:

Vyplněný a zákonným zástupcem podepsaný **zdravotní dotazník, souhlas s focením, potvrzení o bezinfekčnosti a potvrzení o zdravotní způsobilosti od lékaře**. Dále **kopii kartičky zdravotní pojišťovny**, popř. potřebné **léky**. Vše bude odevzdáno během prezence. **Prosím pozor, bez vyplněných a podepsaných dotazníků se holky nebudou moci workshopu zúčastnit.**

Na trénink - tréninkové oblečení (nejlépe upnuté a černé barvy, bílé ponožky nebo řapky) všechno gymnastické náčiní, cvičební pomůcky (karimatka, guma, nákolienky, tenisky, láhev na pití).

Na spaní - matraci (klasickou nebo nafukovací) či jinou podložku na spaní, povlečení, deku, polštář nebo spacák.

Hygienické potřeby - roušky, dezinfekce, kartáček na zuby, zubní pastu, mýdlo, šampon, pantofle do sprchy, ručníky, hřeben, sponky, gumičky, papírové kapesníčky v dostatečném množství.

Dostatek spodního prádla, pyžamo či jiné oblečení na spaní a dostatek oblečení na převlečení pro volný čas. Alespoň jedno teplé oblečení (pro případ špatného počasí), nepromokavá bunda nebo deštník.

Potřeby pro vyplnění volného času (společenské hry, pastelky, blok, knížku apod.), plyšáka na spaní.

Nedávejte děvčatům prosím žádné cenné věci ani větší peněžní obnosy. Za ztráty cenných ani osobních věcí neručíme.

Děvčata jsou povinna dodržovat provozní řád letního workshopu GYMGYM, kázeň během tréninku i ve volném čase a poslouchat pokyny trenérů a dalších organizačních pracovníků. V případě, že děvčata nebudou opakovaně dodržovat tréninkový režim či budou hrubým způsobem porušovat kázeň, má pořadatel soustředění právo vyzvat rodiče, aby si svoji dceru ze soustředění předčasně odvezli bez nároku na finanční kompenzaci.