

Co je v ceně kempu zahrnuto?

- Svačina/oběd/svačina, celodenní pitný režim, vedení zkušenými trenéry
- tréninkový set se jménem/přezdívkou (dres+trenky), potřebné sportovní vybavení, odměny, zajištění doprovodného programu a her.

Platba

- **Číslo účtu: 123-1260230237 /0100**
- do poznámky: jméno účastníka/termín kempu (červenec/srpen)

Důležité kontakty:

- Martin Žák - hlavní trenér - tel. 777 893 333
- Zdeňka Slámová - organizační záležitosti, strava - tel. 725 397 252

Můžete nás sledovat také na Facebooku a instagramu:

- <https://www.facebook.com/fcmk1930/>
- <https://www.instagram.com/fcmk1930/>

Rámcový program dne:

- 8.00 - 8.30: Příjezd a převzetí dětí od rodičů
- 8.30 - 11.30: Trénink /Soutěže a hry/ Setkání s hostem dne
- 11.30 - 12.30: Oběd
- 12.30 - 13.30: Poobědový odpočinek – fyzicky nenáročné aktivity
- 13.30 - 16.30: Trénink / Soutěže a hry/ doprovodný program
- 16.30 - 17.00: Odjezd a předání dětí rodičům



Co mít s sebou v batohu?

- Láhev na pití (pitný režim zajištěn)
- Tenisky/kopačky
- Pokrývku hlavy
- Boty do haly (dáme předem vědět, kdyby byly potřeba)
- Sportovní oblečení dle počasí (+ něco k převlečení dle potřeby)
- Plavky + malý ručník (lze ponechat v kabinách po celou dobu kempu)
- Šátek
- BÍLÝ KUS LÁTKY V ROZMĚRU CCA 30x30 cm (např. ze starého trička, plátna, ubrusu..)

Tréninkové aktivity:

- Rozcvička a protažení zábavnou formou
- Trénink fotbalových technik pod dohledem zkušených trenérů a hostů
- Miniturnaje / zápas s hráči a trenéry týmu FCMK
- Zapojení aktivit z jiných sportů



Mimo fotbalové aktivity děti čeká i bohatý doprovodný program v podobě akčních týmových her a celotáborového soutěžení o sladké odměny.