

SPORTOVNÍ KEMP PODZIMÁK HANSPAULKA

MÍSTO KONÁNÍ KEMPU: ZŠ HANSPAULKA

Sušická 1000/29, 160 00 Praha 6-Dejvice

TERMÍN KONÁNÍ KEMPU: 26.10. - 30.10.2026 (včetně st. svátku 28.10.)

NÁSTUP NA KEMP: pondělí 7.30 – 9.00

DOKUMENTY: čestné prohlášení o zdravotní způsobilosti (nebo kopie od dětského lékaře)
bezinfekčnost (podepsaná rodiči v den nástupu)
zdravotní kartička (kopie) - vše odevzdat v papírové podobě

Vzory Vám zašleme emailem, ale budeme je mít k dispozici i v papírové podobě na kempu.

Při převzetí dítěte budeme dále požadovat podpis zákonného zástupce či pověřené osoby – souhlas s ošetřením (v případě úrazu) a GDPR.

Užívá-li dítě nějaké léky – zabalené, podepsané s instrukcemi odevzdat zdravotníkovi při začátku kempu.

Děti budou mít v průběhu kempu základní úrazové pojištění.

Kemp je určen pro děti 1. stupně ZŠ, po dohodě i starší.

SPORTOVNÍ KEMP PODZIMÁK HANSPAULKA je forma příměstského tábora s celodenními sportovními aktivitami, ale i volnou zábavou a odpočinkem. Děti se mohou těšit na atletiku, míčové hry - volejbal, fotbal, gymnastiku, stolní tenis a nejrůznější sportovní a zábavné hry v tělocvičně i venku. Na závěr – v pátek pro děti uspořádáme Sportovní hry a slavnostní vyhlášení vítězů.

STRAVOVÁNÍ: oběd a pitný režim po celý den zajištěn
2 svačiny si přinesou vlastní (např.: namazaný chléb, rohlík, ovoce, zelenina)
nedávejte jim prosím sladkosti, jogurty a podobně – nebude to v lednici) a
sportovní podepsanou či specificky označenou lahev s vodou

OBLEČENÍ:

- vhodné sportovní oblečení (tričko, tepláky, mikina, větrovka – adekvátně počasí)
- oblečení na převlečení
- sportovní boty (tenisky, botasky)
- sportovní obuv do tělocvičny (tenisky s bílou podrážkou či cvičky)
- bačkory na přezutí
- kšiltovku či jinou pokrývku hlavy

– ideálně vše v jednom batohu či tašce a pokud možno podepsané.

HARMONOGRAM DNE:

7:30 – 9:00 příchod dětí (spontánní hra, kontakt s rodiči)

9:00 – 9:30 svačina

9:30 – 10:00 volná hra, příprava na trénink

10:00 – 10:45 tréninková jednotka 1. sk./ volná hra 2. sk.

10:45 – 11:30 tréninková jednotka 2. sk./ volná hra 1. sk.

11:30 - 12:30 oběd

12:30 – 13:30 odpolední klid, klidná hra

13:30 – 14:15 tréninková jednotka 1. sk./ volná hra 2. sk.

14:15 – 15:00 tréninková jednotka 2. sk./ volná hra 1. sk.

15:00 – 17:00 odpolední program (svačina, volné aktivity, pobyt venku), odchod dětí