**LPPT 2022 PS Zéva, z. s.**

**INFORMACE K PŘIHLÁŠCE**

**Příchod:** v den zahájení v 7:00 hod - prezence /přihlášky/, ostatní dny od 7:30 - 8:00 hod. (každý den - docházka + měření teploty). **S sebou:** 2 x plavky, 2 x ručník (osuška), plav. čepice, plav. brýle, sprch. šampon, starší děti (poloplavci, plavci) ploutve a brýle na potápění (event. masku), šnorchl, věci na hry venku/botasky, kraťasy, tepláky, tričko/, 2 roušky (respirátor), do menšího baťůžku lahev na pití a každý den lehká svačina. **VŠE PODEPSAT!!!**

Program bude zahájen každý den rozcvičkou, poté budou probíhat sportovní, vědomostní
a dovednostní hry. Hlavní náplní tábora, dopoledne i odpoledne, budou lekce plavání.
Mezi jednotlivými programy je stanoven čas pro svačinu, kterou si děti nosí z domova. Oběd pro děti bude zajišťován a jídelníček bude na jednotlivé dny vyvěšen u dětských šaten.
Po poledním klidu jsou naplánovány odpolední lekce plavání s ukončením a návštěvou aquacentra /pokud bude v provozu. **Ukončení a odchod** dětí z příměstského plaveckého tábora bude probíhat ve dnech **po – čt od 15:45 hod. – 16:00 hod.**

**Program plaveckého příměstského tábora:**

* dopolední a odpolední výuka plavání s přestávkami
* zdokonalovací výuka plaveckých způsobů, skoky do vody, startovní skok, obrátky, sebezáchrana a dopomoc unavenému plavci; pro zdatné tréninkové lekce
* doplňková výuka metodou úplného zanoření „TOTAL IMMERSION“ aneb plaveme zdravě, snadno, lehce a rychle jako ryby
* základy rychlostního šnorchlování, ploutvování
* relaxační cvičení ve vodě – AQUAROBIC pro děti, tanec ve vodě atd.
* doplňkové sportovní, herní a pohybové činnosti za příznivého počasí venku (event. v herně)

**Poslední den (pátek) bude program ukončen vždy dříve a odchod** **z PB proběhne** **v 15:30 hod., před odchodem z PB** u kanceláře PS Zéva (proti pokladně ve vestibulu PB) si rodiče vyzvednou u vedoucí instruktorky **„Potvrzení o zdravotní způsobilosti dítěte“.** Oblečení, potřeby do bazénu atd. si děti mohou ponechávat v dětských šatnách, které jsou uzamykatelné, klíče budou po celou dobu tábora uložené v kanceláři Plaveckého střediska.

**Bližší info a dotazy:** **ved. instr. LPPT Simona Kuličková, 736 248 666**

Soňa Kejzlarová, 603 852 839, ved. plavecké přípravky

Marek Kovář, 725 875 712, ved. trenér závodního teamu E.S.A. HK

Jiří Pašta, 603 912 223, vedoucí sportovních plaveckých klubů

**Žádosti o vystavení faktury a vydání potvrzení: Jana Karlíková,** **603 412 008,**

hlavní účetní PS Zéva; email: jana.karlikova@zeva.cz