

Instrukce pro účastníky Letní školy karate

Doplnění propozic, které je možno si stáhnout z webu www.ckkarate.cz.

Nezapomeňte dětem zabalit:

- 1) věci na cvičení karate a sportování – karategi, obi, děvčata bílá trička pod karategi, tepláky, trenýrky, dostatek ponožek, starší mikina, tenká šustáková bunda, tenisky
- 2) věci na ubytování – přezůvky, pyžamo, prostěradlo, spacák (může být i povlečená deka z domova), polštářek, hygienické potřeby, plyšáka, knížku, hru (karty, člobrdo,...) – NEDÁVEJTE DĚTEM RÁDIA, PSP, DRAHÉ ELEKTRONICKÉ HRY,....
- 3) věci na ven – tepláky (kalhoty), kraťasy, mikina, pláštěnka(deštník), kšiltovka (klobouk), sluneční brýle, odolnější botky, sandále (kroksy,...), plavky, opalovací krém (dle fototypu dítěte), ručník (osuška) – NEDÁVEJTE DĚTEM HRAČKY DO BAZÉNU (NAFUKOVACÍ ZVÍŘATA, MATRACE,...)
- 4) mobilní telefony jsou dovoleny na poskytování každodenních informací – doporučujeme spíše jednoduché modely s předplaceným kreditem, nedávejte dětem drahé přístroje, které bychom museli pracně hlídat
- 5) další potřeby – lahev na pití (cyklo,...), baťůžek, svítilnu, nožík pro kluky, šití pro děvčata, papírové kapesníky, pravidelně užívané léky (s přípisem na potvrzení o bezinfekčnosti pro zdravotnici)

URČITĚ BUDE DOSTATEK JÍDLA A PITÍ. NA TOALETÁCH BUDE DOSTATEK TOALETNÍHO PAPIŘU, POKUD NĚCO BUDEME NUTNĚ POTŘEBOVAT, NEDALEKO JE SAMOOBSLUHA, KDE BUDEME DOPLŇOVAT ZÁSoby OVOCE, ZELENINY, PITÍ – VŠE MAJÍ DĚTI V CENĚ.

POKUD BUDETE ZÁSOBOVAT DĚTI SLADKOSTMI, VOLTE OBEZŘETNĚ MNOŽSTVÍ A JAKOST. NEDOPORUČUJEME PŘIBALOVAT RŮZNÉ TYPY CHIPSŮ, SOLETEK,.... – dětem většinou je po těchto „lahůdkách“ špatně.

Cokoli budete mít na srdci, neváhejte předem nebo v den nástupu v neděli 19. 7. 2015 oznámit přímo mně. Určitě se najde jednoduché a efektivní řešení.

S pozdravem Roman Kneifl