

POZVÁNKA

na lyžařské soustředění SCD, SCM, TSM Valašsko - VT Pustevny

- termín:** 14. - 17. 1. 2016
- místo:** Pustevny, [chata Šumná](#)
- sraz:** ve čtvrtek odpoledne
- ukončení:** v neděli po obědě
- program:**
- čtvrtek večer přednáška a rozdělení do družstev dle výkonosti a zkušenosti s pohybem na běžkách
 - pátek a sobota 2x denně na běžkách, večerní rehabilitace, protahování, přednáška
 - neděle 1x běžky, oběd a dom
- účast:** TSM, SCM, zkušenější členové SCD
- cena:** základní cena 1 550 Kč, členové TSM-A 600 Kč, TSM-B 800 Kč; budou také příspěvky členům SCM A, SCM B, SCD
- doprava:** individuální - budeme řešit auta
- ubytování:** [chata Šumná](#) - na postelích
- stravování:** plná penze - začíná ve čtvrtek večerí, končíme v neděli obědem; individuální požadavky na stravu (vegetariáni,...) zmiňte v poznámce k přihlášce
- s sebou:** **běžkové lyže, vosky, 2 x zimní sportovní oblečení a obutí**, věci na běhání (v případě nedostatku sněhu), tréninkový deník, průkaz zdravotní pojišťovny
- přihlášky:** do 23. 12. 2015 v systému LCE, TZL nebo na uvedených mailech (kapacita omezena na 40 účastníků)
- informace:** t.podmolik@atlas.cz, dagmar.hubackova@czuk.cz, evzen.pekarek@gmail.com

