

POZVÁNKA

TSM Valašsko - úvodní sraz Rusava

- termín:** 9. - 11. 12. 2022
- místo:** Vlčková – osada pod Grúněm, [Penzion U bílého koně](#)
- sraz:** v pátek 9. 12. odpoledne (bude upřesněno v pokynech k akci)
- ukončení:** v neděli 11. 12. po obědě
- program:** 2x běžecký, 2x mapový trénink (běžecký výlet) + večerní analýzy, Inko k sezóně a další kultura
- účast:** přednostně TSM, SCM VAL, v případě volného místa zkušenější SCD; předběžná kapacita 30 lidí
- cena:** základní cena 1600 Kč; vlastní příspěvky - členové TSM 400 Kč, členové SCM A 800 Kč, ostatní 1600 Kč (platí pro závodníky zařazené do TSM/SCM VAL pro rok 2023)
- doprava:** individuální
- ubytování:** [Penzion U bílého koně](#), postele
- stravování:** plná penze - začínáme páteční večeří, končíme v neděli obědem; individuální požadavky na stravu (vegetariáni,...) zmiňte v poznámce k přihlášce
- s sebou:** věci na běhání, čelovku (pokud možno i nabíječku), psací potřeby, SI, tréninkový deník, GPS (kdo má), průkaz zdravotní pojišťovny
- přihlášky:** **přihlášky** do 5. 12. 2022 přes trenéry (Cahel, Dittrich, Marek, Pekárek) nebo na Mara.C@seznam.cz
- informace:** Mara.C@seznam.cz, 702 135 766, 732 136 532

