

Pokyny pro 3.ČP Praha-Žižkov 1.6.2019

Odjezd: v sobotu 1.6.2019 v 6:30 hod **Sraz:** v 6:25 u pošty na nádraží

Návrat: v sobotu okolo 22:00 k poště na nádraží, upřesníme během cesty formou sms

Vedoucí výpravy : Miroslav Patrman

Trenéři: S.Hrudová, D. Bendová, A. Novotná, M.Patrman

Rozhodčí: L.Opalecká, D.Bendová, K.Doleželová

Rozdělení do aut: upřesním podle nahlášené dopravy od rodičů

Platba za dopravu: 200,-Kč – platbu dáte přímo řidiči (jedna cesta 100,- Kč)

Startovné: 300,- Kč - jednotlivci, 150,- Kč - synchron

Režie: 200,- Kč (platba na rozhodčí a trenéry)

Propozice a rozpis závodu : <https://www.trampoliny.cz/3-poharovy-zavod/>

Strava: jídlo s sebou na celý den, popř. kapesné na drobné občerstvení

S sebou: kartičku pojišťovny, závodní oblečení na jednotlivce , synchrony (dres, krátké kraťasy, bílé ponožky, cvičky), oddílová souprava (mimo samotného závodu a tréninku bude mít závodník oddílovou soupravu po celou sobotu na sobě a to už při vstupu do tělocvičny), gumičky a sponky na řádnou úpravu vlasů, tréninkové oblečení, přezůvky.

Celkové náklady: 500,- bez synchronu, 650,- Kč se synchronem. Platit můžete na recepci na Orionce, nebo na účet oddílu Trampolíny Liberec.