

## Víkend ve Švihově

TOM Úhlava pořádá o víkendu **8.-9.6.2019** pro své členy akci  
Víkend ve Švihově (trénování a pádlování na řece, hry, táborák, spaní ve stanech)

### Program:

\* sraz: v 9:00 v loděnici

\* návrat: v 17:00 k loděnici

### S sebou:

#### věci na trénování a pádlování na vodě:

- boty do vody (zavazovací plátěnky nebo dobře držící sandále – žádné crocs!!!!), nepromokavá-šusťáková bunda a kalhoty, plavky
- kompletní oblečení na vodu dle aktuálního počasí (může se namočit)
- kdo má, tak si vezme - neopren, neoprenové boty nebo ponožky (ponožky se musí vejít do plátěnek nebo sandálů)

#### věci na souš:

- 1x kompletní oblečení + 1x teplejší oblečení na večer a noc, spodní prádlo, ponožky, pevné boty na chůzi, pláštěnka, pokrývka hlavy, hygiena, ručník, spacák, karimatka, stan (dvouplášťový - domluvit v kolektivu)

#### jídlo a pití:

- jídlo na celou dobu pobytu (**jen trvanlivé potraviny**– např. řízek, paštika, tvrdý sýr, trvanlivý salám, sušenka, ...)
- 1x něco na večerní opékání, příp. malá konzerva na ohřátí, polévka do hrnečku (bude večer k dispozici malý vaříč na rychlé ohřátí nikoliv dlouhé vaření!!!),
- žádné potraviny ve skle!!!
- 1x 1,5 l PET lahev (poté bude k dispozici kanystr s vodou)
- zavírací nůž, příp. 1 část ešusu, lžice a hrneček (kdo bude večer něco ohřívat)

#### ostatní:

- kartička zdrav. pojišťovny, osobní léky, opalovací krém, repelent, karty, peníze 100 Kč (na dopravu a případný vstup do hradu), podepsaný souhlas rodičů

za TOM Úhlava:

Hana Lebbing  
Tel: 777 832 520

.....  
Souhlasím, aby můj syn/dcera se zúčastnil/a dne **8.-9.6.2019** akce  
**Víkend ve Švihově**, kterou pořádá oddíl TOM Úhlava

Jméno dítěte: .....

Telefon zákonného zástupce:.....

Jméno zákonného zástupce: .....

Podpis zákonného zástupce .....