

Potvrdená nominácia k 27.12.2017

Chlapci

Richard	Horváth	2004	
Nikolas	Varga	2003	
Denis	Šimčák	2006	
Simon	Šimčák	2008	
Samuel	Čekan	2004	
Alex	Tkáč	2007	
Ronald	Turan	2008	
Ivan	Huňady	2007	
Nagy	Róbert	2002	
Adam	Struhár	2002	
Nagy	Jakub	2006	
Branislav	Sopko	2004	Prešov
Dominik	Luksaj	2006	Humenné

Spolu 13

Dievčatá

Ema	Beérová	2005	
Matilda	Neufeldová	2005	
Sofia	Vidová	2004	
Ivana	Krušková	2005	
Soňa	Ristvejová	2005	
Viktória	Šimková	2003	
Alexandra	Didíková	2005	Prešov
Barbora	Lažíková	2004	
Liliana	Kolesárová	2004	
Laura	Petrušová	2004	Prešov
Kristína	Krajňáková	2006	Prešov
Stacey	Žeňuchová	2004	
Ema	Váradý	2005	
Tamara	Kokindová	2006	

Spolu 14

Sústredenie penzión POĽANA - JARABINA 2018 (bežky+bazén)

-Odchod autobusu 1.1.2018 o 16.00 h ako obvykle z parkoviska na Staničnom Námestí

-Príchod do Jarabiny cca o 17.30 h (ubytovanie, večera) oznámenie denného programu

-Odchod 7.1.2018 (obed) autobus o 14.00 h, príchod domov cca o 15.30 h

-Cena sústredenia 140,-€, pre ÚTM 100,-€ (zaplávané na r. 2018), plné náklady na jedného sú cca 180,-€ (toľko platia plavci z iných klubov ako je PK Prešov, ŠKP Prešov a Plavecký klub Humenné),

platba buď na účet klubu, alebo pred nástupom v hotovosti. Za autobus sa bude platiť zvlášť 15,-€ pri nástupe.

Informácie pre účastníkov sústredenia:

-Kompletná výstroj na bežkovanie (bežkárske lyže+topánky+palice), k tomu vhodný odev (nohavice vhodné pre behanie v zimnom období, bolo by vhodné aj náhradné), rukavice (aj náhradné), čiapka (aj náhradná), šál, spodné termo-prádlo (aj náhradné), teplé termo-ponožky (aj náhradné), teplý sveter, vetrovka, ďalšia nutná výbava: okuliare (lyžiarske, alebo bežecké), krém na tvár, pomáda na pery, náplaste na otlaky, malý rucksak, termo-fľašu na čaj, príp. obal na desiatu...

-Kompletná plavecká výstroj: min. 2 x plavky, čiapka, okuliare (aj náhradné), plavecká doska, piškóta, pádla, šnorchel, plutvy, šľapky k bazénu, osuška alebo župan...

-Oblečenie na zimnú prechádzku, resp. na ľahkú turistiku, ktoré poslúži aj na presun k bazénu a späť. V prípade nepriaznivých snehových podmienok ako turistické oblečenie poslúži aj bežkársky odev (vyššie uvedený). Vyžadujeme vziať zimnú zateplenú obuv (najlepšie protišmykovú), na prechádzky alebo turistiku zateplené nohavice alebo otepľovačky...

-Na pobyt vo vnútri (v penzióne) domáci úbor, alebo tepláky, prezuvky (botasky), hygienické potreby, pyžamo atď. , spoločenské hry, knihy, školské učebnice, zošit a písacie potreby, ...

-Mobilný telefón, tablet, počítač a podobná elektronika nie je potrebná, tieto veci budú pozbierané a budú po celý čas v úschove u trénerov. Možnosť telefonovať budú mať všetci každý deň po večeri, inak aj telefóny budú i u trénerov. Je to už dobrým zvykom na každom sústreďení.

-Tréneri: Sabol, Kassay