

ČMP Poděbrady 13. 9. 2025

Adresa

Městská sportovní hala Poděbrady, Na Vinici 766, 290 01 Poděbrady

[Harmonogram](https://fisaf.it4sport.cz/vystup_all_harmonogram.php?zavod=94)

https://fisaf.it4sport.cz/vystup_all_harmonogram.php?zavod=94

[Soupiska](https://fisaf.it4sport.cz/vystup_skl_startovka.php?zavod=94)

https://fisaf.it4sport.cz/vystup_skl_startovka.php?zavod=94

Srazy v hale:

Budeme rádi, když se všichni přijdeme navzájem podpořit po celou dobu závodu ❤️

Pokud nejde jinak, srazy jsou nastavené takto:

- **Singl kategorie 8–10 let: v 8:00**
 - dle harmonogramu kategorie startuje v 9:44
- **Trio – kategorie 7,51 – 10,50 v 10:00**
 - dle harmonogramu kategorie startují ve 11:24
- **Duo 6–7 let v 11:45**
 - dle harmonogramu kategorie startují ve 13:14
- **Fitness kategorie do 7,50 (Happy) v 11:45**
 - dle harmonogramu kategorie startuje v 13:36
- **Fitness kategorie 7,51 – 10,50 (Madagaskar) v 11:46**
 - dle harmonogramu kategorie startuje v 13:46
- **Singl kategorie 11–13 let: 14:15**
 - dle harmonogramu kategorie startuje v 15:51

S sebou:

- dres/dresy
 - klubové oblečení
 - bílé závodní boty (v týmu stejné)
 - silonky (alespoň 2x)
 - bílé závodní ponožky
 - věci na česání: hřeben, gumičky, hodně pinetek a vlásenek, lak, gel, výplň do drdolu, ozdoby do vlasů/drdolu
 - šminky: make-up, pudr, tvářenka, řasenka, stíny, rtěnka či lesk
 - náušnice (tým stejné)
 - jídlo: svačina: ovoce, zelenina, případně oběd
 - pití
 - MP3 a sluchátka
 - švihadlo
 - zátěže
- Klubové oblečení mít při příjezdu a na rozcvičení na sobě, hotový účes a líčení! (v týmu stejné – pěšinka na stejné straně apod.) - ZBYTEK PŘÍPADNĚ DOŘEŠÍ TRENÉR.

