

## PŘÍMĚSTSKÝ AEROBIKOVÝ KEMP ASK Denisy Herodesové 2022

### Termíny:

11. – 15. 7. 2022 – dívky i chlapci – 5 až 9 let – téma: ZOO

1. – 5. 8. 2022 – dívky i chlapci – 9 až 15 let

### Místo a zázemí:

- Rodinný klub "Orteňáček", Ortenovo nám. 1505/37, Praha 7
- Venkovní hřiště ZŠ T.G.Masaryka, Praha 7, Ortenovo nám. 34

### Cena:

- 3 500 Kč
- sourozenecká sleva u 2. dítěte 3 250 Kč



### Podmínky pro závazné přihlášení na kemp:

1. **Přihlášku** vyplnit v elektronické podobě [https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf-NEsMkA2DyphN-rfjJ1PxI3-0J3W1SAxXWGMPyNWvYE7fUA/viewform?usp=sf link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf-NEsMkA2DyphN-rfjJ1PxI3-0J3W1SAxXWGMPyNWvYE7fUA/viewform?usp=sf_link) **do 11. 3. 2022.**
2. **Provedení platby:** Zálohu (2 000 Kč) je nutné zaplatit do 11. 4. 2022. Doplátek (1 500 Kč) je nutné uhradit do 11. 6. 2022.
3. **Platbu** je možné provést na účet **2001514248/2010**, do zprávy je nutné uvést jméno a příjmení dítěte + termín kempu. Dále je možné kemp zaplatit **hotově**, odpovědné osobě Mgr. Denise Herodesové.
4. Platba se vrací pouze v případě onemocnění dítěte při doložení lékařské zprávy.
5. **V případě nařízení vlády ČR pro celostátní karanténu v souvislosti s COVID 19 (zákaz škol v přírodě, dětských táborů \_a všech ostatních dětských poby-tů) bude plátcovi vrácena částka v plné výši.**

**Program bude probíhat v době od 8,30 hod do 16 hod.**

### PROGRAM DNE

8,30 hod – příchod

8,45 – 10,00 hod – dopolední program - všeobecná průprava, zařazení jiných sportů do tréninku – gymnastika, atletika, míčové hry, návštěva parku Stromovka, hřiště Sedmikráska aj.

10,00 – 10,30 hod – svačina

10,30 – 11, 40 hod – choreografická část kempu

12,00 – 13,00 hod – oběd

13,00 – 13,40 hod – odpolední klid

13,45 – 14,45 – odpolední program - získávání aerobikových dovedností, rozvoj síly, flexibility, odrazu, obratnosti, učení se nových prvků sportovního aerobiku

14,45 – 15,00 – odpolední svačina

15,00 – 16,00 – týmové soutěže a hry - FairPlay, týmová pravidla, výhra x prohra

16,00 hod – odchod

U 1. termínu bude program doprovázen celotáborovou hrou na téma: Zoo.

U 2. termínu bude program více soustředěn na sportovní přípravu sportovního aerobiku, zdokonalování prvků, a to za účasti aerobikových hvězd.

### Speciální dny

#### 1. Termín

- návštěva Zoologické zahrady v Praze
- při hezkém počasí návštěva koupaliště Ládví

#### 2. termín

- návštěva Jumppark
- při hezkém počasí návštěva koupaliště Ládví

**Na příměstský kemp budeme přijímat dítě s následujícími dokumenty:**

- ofocená kartička pojištěnce (obě strany)
- prohlášení zákonných zástupců o bezinfekčnosti dítěte (+ s covidem)
- lékařské potvrzení o zdravotním stavu dítěte (staré max. 2 roky)
- potvrzení o COVID-19 – bude upřesněno před konáním kempu

**Budeme se na všechny děti moc těšit a doufáme, že si společně užijeme spoustu pohybu, zábavy, srandy a hezkého počasí!**

**Tým ASK DH.**

