

# Letní kemp Čisovice 2024 (19-23. Srpen), hřiště Čisovice

## Počet dětí:

Školička U7 15 dětí / Ml. příprava U9 15 dětí / St. příprava U11 19 dětí / **celkem 49 dětí**

## Trenéři:

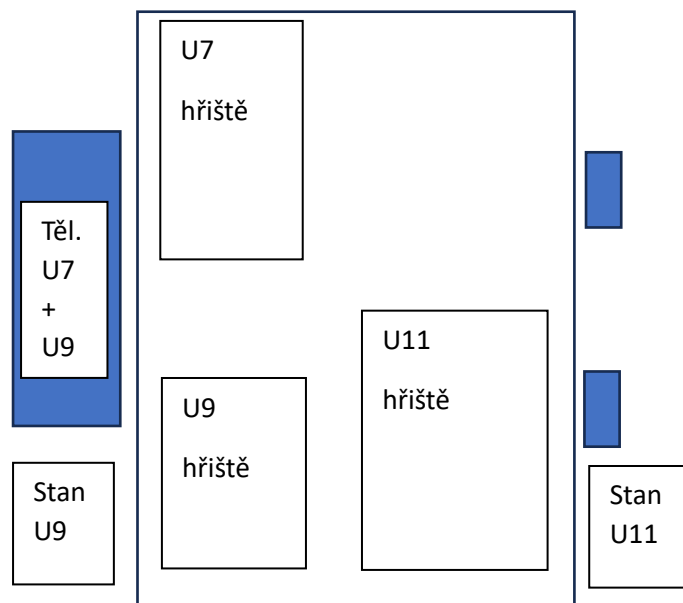
Školička – **Petr Nepraš**, Ondřej Kadič, **Pavel Kramer**

Ml příprava – **Jar. Smrčka**, Dušan Linhart / Jakub Nábělek / Franta Linhart / Roman Borek, **Matěj Kočí**

St. příprava – **Antonín Verner**, Jaroslav Zámečník, Vláďa Krejča, **Nikolas Bernardes**

## Denní program:

- |               |                                   |
|---------------|-----------------------------------|
| 8:30 – 9:00   | Sraz dětí                         |
| 9:00 – 9:15   | Příprava tréninkové jednotky      |
| 9:15 – 10:45  | Dopolední trénink (90 minut)      |
| 10:45 – 11:15 | Svačina                           |
| 11:15 – 11:45 | Soutěž, nožičky, teorie, technika |
| 12:00 – 13:00 | Oběd                              |
| 13:00 – 14:30 | Odpolední klid / tělocvična       |
| 14:30 – 16:00 | Odpolední trénink (90 minut)      |
| 16:00 – 16:30 | Svačina a vyzvednutí dětí         |



## Co nás dále čeká:

Týmové focení a focení jednotlivých hráčů. Výlet na stadion autobusem a prohlídka stadionu.  
Přátelské zápasy pro jednotlivé kategorie s Povltavská FA, Dobřichovice, Mníšek pod Brdy.

## Při nástupu na kemp:

Nahlášení u trenéra dané kategorie, Odezdat potvrzení zdravotní způsobilosti, Vyzvednutí oblečení.

## Co s sebou na každý den:

Klubové oblečení na fotbalový trénink dle předpovědi počasí na daný den

Svojí lahev s pitím ( v průběhu kempu bude možné vždy doplnit)

Něco na odpolední odpočinek do tělocvičny - karimatka, spacák