

## PRAHA - ŠUTKA

**Adresa:** Čimická 848/41, 182 00 Praha 8 (parkování před budovou; autobusová zastávka Čimický háj)

**Bazén:** Neplavci – dětský bazének  
Plavci – 50 m (plaveme na půlce – 25 m)

**Hlavní trenér:** Zuzana Jelínková (praha.sportsteam@gmail.com)

**Trenéři:** Anežka Blahnová  
Barbora Macková  
Kristýna Veselá  
Klára Kukačková  
Tereza Kunclová  
Vladimíra Holečková  
Šimon Kuncl  
Matouš Budiček  
Adéla Solská  
Klára Zitová  
Veronika Ředinová  
Linda Chládková  
Viktorie Kořínková

<b>Tréninky:</b>	PO	18:00 – 18:45	přípravná plavecká výuka - neplavci
		18:00 – 19:00	základní plavecká příprava
		18:00 – 19:00	zdokonalovací plavání
		18:00 – 19:00	sportovně – kondiční plavání
ÚT	18:00 – 18:45	přípravná plavecká výuka - neplavci	
	18:00 – 19:00	základní plavecká příprava	
	18:00 – 19:00	zdokonalovací plavání	
ČT	18:00 – 18:45	přípravná plavecká výuka – neplavci	
	18:00 – 19:00	základní plavecká příprava	
	18:00 – 19:00	zdokonalovací plavání	
	19:00 – 20:00	základní plavecká příprava	
	19:00 – 20:00	zdokonalovací plavání/sportovně kondiční plavání	

**Čipový systém:** Na začátku kurzů obdrží každý člen organizace Sports Team CZ kartičku, na níž doplní své jméno a příjmení. Předmětnou kartičku děti následně předávají trenérům vždy před každým tréninkem. Děti z plaveckého kurzu *přípravné plavecké výuky – neplavci a základní plavecké přípravy* se společně s trenéry přesunou do šatny, kde se převléknou do plavek. Děti z ostatních kurzů od trenérů dostanou za kartičku čip od šatní skříňky a převlékají se samostatně. Při odchodu z šaten se dětem kartička vyměnou za čip vrací zpět.

**Sraz před hodinou:** Skupina se schází nejpozději 15 minut před zahájením výuky ve vestibulu, kde si trenér děti převezme, a společně pak s nimi odchází do šatny.

**Odchod z bazénu:** Po ukončení výuky se děti odebírají do šaten, kde se převléknou, a zhruba po 10-15 minutách si je rodiče přebírají ve vestibulu, příp. odcházejí samy.

**Možnost sledovat trénink:** Sledovat výuku je možné pouze po zaplacení vstupu na bazén.

**Specifika:** Chlapcům je zakázáno nosit kraťasové plavky.

Děvčata s dlouhými vlasy by měla nosit plaveckou čepici (neplatí pro neplavce). V průběhu pololetí je možné přeradit dítě z horší skupiny do lepší a naopak.

**S sebou:** plavky, ručník, mýdlo, příp. plavecké brýle, čepici, boty k bazénu (pantofle), ...

<b>Začátek II. pol.</b>		<b>Konec II. pol.</b>	
PO	4.2.2019	PO	17.6.2019
ÚT	5.2.2019	ÚT	18.6.2019
ČT	7.2.2019	ČT	20.6.2019

**Během školních prázdnin a státních svátků jsou plavecké tréninky zrušeny.**