

# INFORMACE K PLAVECKÝM TRÉNINKŮM



## KDY A KDE PLAVEME?

Městský bazén Litomyšl  
U Plovárny 1221, 570 01

Aktuální rozpis  
plaveckých tréninků  
naleznete na webu  
[www.sportsteam.cz](http://www.sportsteam.cz)

I. pololetí:  
21.9.2020 - 31.1.2021  
II. pololetí:  
1.2.2021 - 18.6.2021

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

## JAK TO U NÁS CHODÍ?

Hlavní trenér: **Mgr. Karel Jandík**

E-mail: [litomysl@sportsteam.cz](mailto:litomysl@sportsteam.cz)

### **Před a po tréninku:**

15 minut před zahájením výukové hodiny je dětem umožněn vstup do šaten. Mladším dětem mohou rodiče při převlékání pomoci, přičemž trenéři si děti přebírají až u bazénu, kde se 5 minut před zahájením tréninku začíná rozcvičkou. Po skončení tréninku se děti samy odebírají do šaten.

### **Čipový systém:**

Na začátku kurzů obdrží každý člen oddílovou kartičku. Kartičkou se bude následně prokazovat vždy při vstupu do šaten, kde dostane čip od šatní skříňky. Po skončení hodiny čip vrátí zpět.

### **S sebou:**

Plavky, ručník, mýdlo, popř. plavecké brýle, čepici, boty k bazénu (pantofle), .. Doporučujeme děti vybavit plaveckou čepičkou. Chlapcům je zakázáno nosit kraťasové plavky.

### **Možnost sledovat trénink:**

Průběh tréninku lze sledovat z vestibulu bazénu. Parkování před bazénem je zdarma.

*Každé **první pondělí v měsíci** zde probíhá sanitární den. Zrušené tréninky, kterých se uvedené týká, jsou přesouvány na čtvrtek. Sanitární dny připadají na následující dny: 5.10, 2.11, 7.12, 4.12, 1.2, 1.3, 29.3, 3.5, 7.6.*