



Dobrý den,

Zasílám vám pár informací potřebných na letní kemp České rugbyové unie, na který je přihlášeno vaše dítě. Program bude přizpůsoben počasí a dovednostem dětí.

Nástup na kemp probíhá od soboty 15.8 od 10:00 hodin, první jídlo je oběd.

Adresa: Rekreační a sportovní středisko „U Starého rybníka“, Zbraslavice

Každé dítě bude mít s sebou:

- Kartičku zdravotní pojišťovny nebo její kopii
- Prohlášení o bezinfekčnosti
- Připomínám oblečení vhodné na sport, lité kopačky, sportovní boty na ven i do tělocvičny (v případě špatného počasí).
- Chrániče zubů
- V případě užívání léků nadepsanou obálku a způsob užívání
- Pokrývku hlavy, doporučujeme opalovací krém.
- Vlastní láhev
- Doporučuje případně nějaké hry na dobu mezi tréninky.
- Vlastní míč není podmínkou

### **Program**

V každodenním programu budou zařazeny dvě až tři kratší tréninkové jednotky zaměřené na základní ragbyové principy, dovednosti s míčem, základní ragbyového postoje, techniky skládky, hry a atletické a kondiční základy. Tréninkové jednotky budou probíhat na trávě, písku a tělocvičně.

Během kempu se děti při trénincích potkají s trenéry a hráči reprezentace.

Sledujte naše oficiální stránky [www.rugbyunion.cz/rugbyové\\_kempy](http://www.rugbyunion.cz/rugbyové_kempy) nebo facebook [Česká rugbyová unie](https://www.facebook.com/ceska.rugbyova.unie), kam budeme dávat fotky a informace.

Konec kempu bude v sobotu 22.8 ráno cca 10.00 hodin, poslední jídlo bude snídaně.

V případě dalších dotazů mě neváhejte kontaktovat.

S pozdravem a těším se.

--

### **Antonín Brabec**

Sportovní ředitel / Technical director  
Česká ragbyová unie / Czech rugby union  
Zátopkova 100/2, 160 17 Praha 6  
Czech Republic  
M: +420 602 692 897  
E: [technicaldirector@rugbyunion.cz](mailto:technicaldirector@rugbyunion.cz)  
S: tonybrabec  
W: [www.rugbyunion.cz](http://www.rugbyunion.cz)