

Co trzeba zabrać na obóz:

- Judogi (dzieci które mają)
- 3 komplety strojów do ćwiczeń
- 2 dresy
- Kurtka przeciwdeszczowa (ortalion)
- Strój kąpielowy
- 2 nakrycia głowy
- krem z dużym filtrem UV
- 2-3 pary obuwia sportowego (wygodne rozchodzone)
- Klapki
- Ręczniki (plażowy, do pokoju)
- Niezbędne kosmetyki i przybory toaletowe
- Niezbędna odzież codzienna
- Dużo bielizny na zmianę
- Coś co wypełni dziecku czas na ciszy poobiedniej (książka itp.)
- Maść lub spray na komary i kleszcze
- Legitymacja szkolna
- Potrzebne leki, które dziecko przyjmuje systematycznie (kartka z opisem do wychowawcy przed autokarem)
- Kieszonkowe (koperta z opisem, dać trenerom przed odjazdem)

Dzieci mogą posiadać telefon komórkowy ale będą mogły dzwonić raz dziennie zazwyczaj po śniadaniu. Telefony i inny sprzęt elektroniczny powinien być podpisany.

Klub nie odpowiada za zaginione rzeczy.



**Praskie
Centrum Sportu**
droga do doskonałości