

## Doporučený seznam věcí na zimní soustředění

---

1. 5x tričko s krátkým rukávem
2. 3x tričko s dlouhým rukávem
3. 2x mikina
4. 2x kraťasy (ne ryflové nebo manžestrákové )
5. 2x tepláky
6. 6x spodní prádlo
7. 6x ponožky
8. 2x svetr (rolák)
9. 1x zimní bunda šustáková
10. 1x pyžamo
11. **1x zimní čepice**
12. **1x šála ,rukavice !!!**
13. **1x plavky**
14. 1x domácí úbor (tepláky,kraťasy+tričko)
15. 1x teplejší bunda ,jen kdyby byla předpověď pro špatné počasí
16. 1x bačkory na přezutí
17. **1x zimní boty (sportovní)**
18. **1x spací pytel +karimatka která není podmínkou**
19. **1x malý polštář (mazlíka) ☺**
20. **1x kompletní dres Loko žlutý+ termo prádlo**
21. **1x fotbalový míč !!!**
22. **1x sálové kopačky+ kopačky na UMT+ slupny**
23. 1x chrániče
24. 1x láhev na pití (alespoň na 1 litr ) !!!
25. 1x batoh (pro menší obnos věcí )
26. 1x hračku (ne drahou nebo velikou...karty,pexeso nebo jinou společenskou hru ) případně knihu
27. 1x pytel na špinavé prádlo
28. 1x hygiena-mýdlo
  - šampón
  - kartáček na zuby
  - zubní pasta
  - ručník (osuška) 2x
  - kapesníky
  - hřeben
  - krém a **balzám na rty**
29. 1x **kartička zdravotní pojišťovny**

Co nebrat ; **sušenky,čokolády ,chipsy, velmi sladké nápoje,různé cukrovinky,ostře předměty.**

Doporučujeme dětem podepsat všechno oblečení !

Dejte dětem s sebou maximálně 200,-Kč na drobné výdaje za větší obnos, který bude mít přímo u sebe neručíme. Tyto peníze s kartičku pojišťovny vložte do podepsané obálky a při odjezdu jí odevzdejte trenérovi případně vedoucímu. Zabráňte tím jakýmkoliv nesrovnalostem.