



Program a instrukce pro rodiče
- příměstský tábor “Sportem ku zdraví” 8. 7. - 12.7. 2019

Pondělí 8. července 2019 - Program Jilemnice

7:30 - 8:00 hod.	Sraz v ICM Program v Jilemnici, venku a v ICM, seznamovací hry, soutěže, zábava a pohybové aktivity
10:00 hod.	Svačina
12:00 - 12:30 hod.	Oběd (zajištěn ve Scolarestu) + polední klid Program v Jilemnici, venku a v ICM, seznamovací hry, soutěže, zábava a pohybové aktivity,
14:00 - 16:00 hod.	Svačina Malování na trička (přinést jednobarevné tričko nejlépe bílé na odpolední program)
16:00 - 16:30 hod.	Vyzvednutí dětí v ICM <i>Po celý den zajištěn pitný režim.</i>

Úterý 9. července 2019 - Program výlet

7:30 - 8:00 hod.	Sraz v ICM - Program výlet Stezka korunami stromů, Jánské Lázně - Svačina a pití vlastní v batůžku!!! Kapesné 50 Kč pokud by děti chtěli na tobogán. - Oběd zajištěn - formou balíčku připraveného ve Scolarestu!!!
16:20 - 16:30 hod.	Vyzvednutí dětí na autobusovém nádraží v Jilemnici

Doprava autobusem: 8:50 hod. odjezd z Jilemnice, 9:05 hod. příjezd do Vrchlabí, 9:10 hod. odjezd z Vrchlabí do Janských L., příjezd 9:38 hod., 15:07 hod. odjezd Janské Lázně Lesní dům, 15:37 příjezd do Vrchlabí, 16:05 odjezd z Vrchlabí směr Jilemnice.

Středa 10. července 2019 - Program Jilemnice

7:30 - 8:00 hod.	Sraz v ICM program v Jilemnici, venku a v ICM, hry, soutěže, zábava a pohybové aktivity
10:00 hod.	svačina
12:00 - 12:30 hod.	oběd (zajištěn ve Scolarestu) + polední klid program v Jilemnici, venku a v ICM, hry, soutěže, zábava a pohybové aktivity na koloběžkách
14:30	svačina
16:00 - 16:30 hod.	vyzvednutí dětí v ICM <i>Po celý den zajištěn pitný režim.</i>

Čtvrtek 11. července 2019- Program výlet

7:30 - 8:00 hod.	Sraz v ICM - Program výlet Farma Hucul, Janova Hora - Svačina a pití vlastní v batůžku!!! - Oběd zajištěn - formou balíčku připraveného ve Scolarestu!!!
16:00 - 16:30 hod.	Vyzvednutí dětí v ICM

CMJ z.s.

Sídlo: Roztocká 500, 514 01 Jilemnice
Provozovna: Komenského 1, 514 01 Jilemnice
IČ: 229 09 052
www.icmjilemnice.cz



Doprava autobusem: 8:30 hod. odjezd Jilemnice, aut. nádr., příjezd Vrchlabí, aut. nádr. 8:47 hod., Odjezd 9:05 Vrchlabí, aut. nádr., příjezd Benecko, Skalka 9:25 hod. Odjezd Benecko, Skalka 15:13 hod., příjezd Jilemnice, aut. nádr. 15:34 hod.

Pátek 12. července 2019 - Program Jilemnice

7:30 - 8:00 hod.	Sraz v ICM Program v Jilemnici
10:00 hod.	svačina
12:00 - 12:30 hod.	Oběd (zajištěn ve Scolarestu) + polední klid
13:00 - 16:00 hod.	Kuvajt, opékání buřtů, hry, sportovní akt., joga atp. Program v Jilemnici, venku a v ICM, hry, soutěže, zábava a pohybové aktivity
16:00 - 16:30 hod.	Vyzvednutí dětí na Kuvajtu <i>Po celý den zajištěn pitný režim.</i>

DŮLEŽITÉ INFORMACE:**Co s sebou každý den:**

Batůžek a do něho pláštěnku, láhev na vodu, sluneční brýle, případně repelent, oblečení dle počasí, pevnou obuv, čepice proti slunci, opalovací krém.

Co s sebou pro dny výletů:

Pro děti, kterým je špatně v dopravních prostředcích doporučujeme dát s sebou Kinedril.

Pláštěnku případně deštník. **Kapesné.**

NA CELÝ TÁBOR PROSÍME RODIČE, ABY DĚTEM DALI VHODNÉ OBLEČENÍ NA SPORT (TEPLÁKY, LEGÍNY, TRIČKO, TÍLKO, NEPROMOKAVOU BUNDU, MIKINU) A HLAVNĚ POHODLNOU OBUV!!!!

S SEBOU NA KAŽDÝ DEN UZAVÍRATELNOU LÁHEV NA PITÍ O OBJEMU ASPOŇ 0,5L

- Do prostor ICM prezůvky (bačkory, pantofle, cvičky) a na taneční aktivity sálovou obuv, cvičky nebo česté botasky, obuv je možno ponechat v botníku po celou dobu konání tábora.
- Pokud má dítě s sebou v průběhu příměstského tábora léky, prosíme informujte o nastalé skutečnosti pracovníka ICM, případně praktikanty tábora.

V pondělí ráno prosíme doprovod dětí do ICM jejich rodiči, případně jiným dospělým. Je nutno podepsat prohlášení o bezinfekčnosti a souhlas se zpracováním osobních údajů. Pokud se nemůžete dostavit, prosíme kontaktujte pracovníka ICM a domluvíte si náhradní termín.