

OSA SUMMER SPORT CAMP 2019

DOPORUČENÝ ZOZNAM VECÍ

VECI NA TRÉNING

P.Č.	NÁZOV	POZNÁMKA	KS / PÁR
1	Tepláková súprava	prípadne mikina a 2x tepláky	1
2	Nepremokavý plášť / súprava	pršiplášť	1
3	Ľahká bunda	proti vetru / šušťáková	1
4	Tričko s krátkym rukávom	ideál "funkčné" prádlo	6
5	Tričko s dlhým rukávom		2
6	Športové trenky - kraťasy	pohodlné na športovanie, prip. cyklo gate	3
7	Ponožky		6
8	Tenisky		1
9	Tenisky s "trail" podrážkou	alebo druhé tenisky	1
10	Plavky		1
11	Cyklo rukavice		1
12	Cyklo prilba		1
13	Ruksak / vak	vhodný aj na bike (malý)	1
14	Slnčné okuliare	ideálne aj pod cyklo prilbu	1
15			
16			
17			
18			
19			
20			

VECI NA VOĽNÝ ČAS / CIVILNÉ OBLEČENIE / HYGIENA

P.Č.	NÁZOV	POZNÁMKA	KS / PÁR
1	Vychádzkové nohavice / sukňa		1
2	Spodné prádlo	slipy / trenky / nohavičky	6
3	Pyžamo	oblečenie na noc	1
4	Civilné ponožky		6
5	Tričko s krátkym rukávom	na voľný čas / výlet	6
6	Tričko s dlhým rukávom	pre prípad chladného počasia	2
7	Kraťasy		3
8	Vychádzková obuv / sandale		1
9	Mikina		1
10	Tepláky		1
11	Obuv do interiéru	prezuvky / kroky	1
12	Obuv do sprchy	šlapky, žabky ...	1
13	Šiltovka	klobúčik ...	1-2
14	Krém na opaľovanie		
15	Repelent		
16	Hygienické potreby	zub.kefka, pasta, hrebeň, mydlo, šampón, atď.	
17	Hygienické vreckovky		1 bal.
18	Uterák		2
19	Osuška		1
20	Taška na špinavé prádlo		1

ŠPECIÁLNE / POVINNÉ !!!

P.Č.	NÁZOV	POZNÁMKA	
1	Bicykel (MTB)	So zadnou prehadzovačkou	1
2	Splnomocnenia od rodičov	viď formuláre web OSA	
3	Zdravotné potvrdenie od lekára	viď formuláre web OSA	
4	Preukaz poistenca		
5	Baterka (svetlo)	čelová lampa???	1
6	Cyklofľaša	0,5 litra	1-2
7	Náhradná duša na bike	podľa veľkosti bicykla	1-2
8			
9			
10	ZOZNAM VECÍ V BATOŽINE	na kontrolu po skončení tábora	

ŠPECIÁLNE / INDIVIDUÁLNE NA ZVÁŽENIE

P.Č.	NÁZOV	POZNÁMKA	
1	Raketka na stolný tenis + lopt.		1
2	Knižka na čítanie		1
3	Kolíky na prádlo		10
4	Obľúbená hračka		1
5	Gumičky a sponky do vlasov	DIEVČATÁ !!!	
6	Tretry na bike	kto má	1
7	Vreckové (peniaze)		
8	Lieky (pravidelne užívané)	podľa potreby	
9	Vešiaky na prádlo		2
10			