**POBYTOVÝ TÁBOR PRO SENIORY ANEB OLYMPIJSKÉ HRY PODLE NAŠICH PRAVIDEL ☺**

****

**Termín: 24. -28. 7. 2017**

**Odjezd: 24. 7. 2017**

 **12.00 – sraz u restaurace Ostrov**

 **12.30 – odjezd na místo činu ☺**

**(zajištěn odvoz – osobním automobilem)**

 **14.00 – ubytování**

**15.00 – společné setkání ve společenské**

 **místnosti: prohlídka prostor k užívání.**

* **Svačinka**
* **Výlet a seznámení s tamní krajinou ….**

**18.00 - večeře**

**19.00 – Program pro účastníky tábora …**

**Úterý - 25. 7. 2017**

**Cvičení v bazénu nebo venku (dle zájmu)**

**Snídaně – 8.30 (formou švédského stolu)**

* **Sportovní disciplína OLYMPIJKSÝCH HER**
* **Svačinka**
* **Výlet … (podle počasí)**
* **Svačinka**
* **Vlastní program ( bazén, minigolf, cvičební stroje, apod…)**

**Večeře – 18.00**

**Večerní program – hudba**

**Středa - 26. 7. 2017**

**Cvičení v bazénu nebo venku (dle zájmu)**

**Snídaně – 8.30 (formou švédského stolu)**

* **Sportovní disciplína OLYMPIJKSÝCH HER**
* **Svačinka**
* **Výroba triček**
* **Svačinka**
* **Výlet … (podle počasí)**

**Večeře – 18.00**

**Večerní program – překvapení**

**Čtvrtek - 27. 7. 2017**

**Cvičení v bazénu nebo venku (dle zájmu)**

**Snídaně – 8.30 (formou švédského stolu)**

* **Sportovní disciplína OLYMPIJKSÝCH HER**
* **Svačinka**
* **Výlet … (podle počasí)**
* **Svačinka**
* **Golf - trenažér**
* **Volný program**

**Večeře – 18.00 – opékání buřtů**

**Večerní program – návštěva**

**Pátek 28.7.2017**

**Cvičení v bazénu nebo venku (dle zájmu)**

**Snídaně – 8.30**

**Odjezd 10.00 hodin – zajištěno opět osobním automobilem.**

**Obědy si hradí účastník tábora sám. Možnost zakoupení oběda přímo v hotelu nebo podle místa výletu.**

**S sebou doporučujeme:**

**Vycházkové hole (není podmínkou), vhodné obutí, sportovní oblečení, pláštěnku, lahev na vodu, menší batoh na výlety, domácí obuv, pohodlné oblečení pro chvíle odpočinku, plavky, ručník, hygienické potřeby, léky (při pravidelném užívání) a další věci k běžnému užití ….**

**Tričko bílé ve vaší velikosti pro vytvoření společných táborových triček.**