



## Doporučený SEZNAM VĚCÍ – Fotbalové soustředění TJ Sokol Libiř

SportCentrum - Brandýs nad Labem

- 2 x kopačky (tráva a UMT)
- 1x sálovky
- 1x boty na běh
- chrániče
- 2x dres, 2x trenky a 2x stulpny na trénink
- termo souprava
- tepláková souprava
- šustáková bunda
- kšiltovka
- přezůvky do hotelu
- pantofle do sprchy/ k vodě
- plavky
- ručník
- 6x spodní prádlo
- 6x ponožky
- 3x tričko s krátkým rukávem
- 2x kraťasy
- 1x pyžamo
- osobní hygienické potřeby (tekuté mýdlo, šampon, kartáček na zuby + pasta + kelímek)
- pytel/povlak na polštář/taška na špinavé prádlo
- papírové kapesníčky
- baťůžek (vak)
- blok a propiska
- karty nebo menší společenská hra (berte v potaz, že se může poničit či ztratit)
- lahev na pití
- švihadlo, gumy na cvičení
- léky (vlozte do uzavíratelného jménem označeného igelitového sáčku včetně dávkování)

Všechno oblečení označit!!!! (hlavně mladší přípravka, starší si snad své oblečení poznají, pokud ne, tak taky označit ☺).

**Žádné elektronické hry a ani mobilní telefony** – po mnoha zkušenostech z předchozích let bychom byli rádi, kdyby mobilní telefony a jiné elektronické hry zůstaly doma. Není problém se kdykoliv telefonicky spojit s trenéry.