SEZNAM VĚCÍ – U15

Seznam oblečení na běžné nošení je doporučený a balte dle předpovědi počasí, **věci na trénink prosíme VŠE**. Množství věcí dle Vašeho uvážení, ale raději ať mají kluci o nějaký kus navíc (zejména spodní prádlo/ponožky).

OBLEČENÍ

běžné nošení (DOPORUČENÁ výbava)

- spodní prádlo
- pyžamo
- ponožky i teplé
- tričko krátký rukáv
- tepláky, klidně souprava
- kraťasy
- mikiny
- pokrývka hlavy
- nepromokavá bunda
- osuška k bazénu (ručníky jsou jinak k dispozici v penzionu)
- plavky
- boty
  - na běhání a vhodné i na případné vycházky
  - pantofle k bazénu
- toaletní potřeby (kartáček na zuby, pasta, tekuté mýdlo vhodné i k umytí vlasů, krém na obličej, opalovací krém, hřeben, repelent proti komárům a klíšťatům, papírové kapesníčky)
- baterka nebo čelovka

trénink (POVINNÁ výbava – prosíme na trénink všechny níže uvedené věci)

- míč - velikost 5
- kopačky na trávu i turfy na UMT + boty do tělocvičny se světlou podrážkou resp. podrážkou, která nedělá šmouhy
- chrániče
- štulpny – na trénink a na PU (na PU červené, které máme na zápasy) více ks, ať si kluci střídají
- tréninkové dresy nebo jiné sportovní oblečení vhodné na trénink – funkční trička, kraťasy – nejlépe týmové
- funkční mikina
- funkční šusťáková bunda
- TERMOPRÁDLO horní i spodní (alespoň 2x na střídání) – je možné, že rána už budou chladnější (zabalte ale dle předpovědi počasí)
- brankářské rukavice (kdo má a zejména brankáři)
- švihadlo!
- láhve na pití min. 0,5 l
- masážní válec, kdo nemá tak 1 tenisák

OSTATNÍ

- zábava (drobné hry, kvízy, karty) – čím se kluci v pauzách mezi tréninky zabaví