



Zimné kondičné sústredenie Králiky 2026

Termín: 2.2-8.2.2026

Miesto konania: Banská Bystrica – Výcvikové stredisko VŠC DUKLA Králiky

Doprava: individuálna

Stretnutie: horné parkovisko Králiky (pri vlekoch) 2.2.2026 (pondelok) o 10.45

Vyzdvihnutie: Parkovisko Králiky pri vlekoch 8.2.2026 (nedeľa) čas upresníme podľa podmienok

Cena: 190€/ hotovosť 7dní /6 nocí v cene ubytovanie, strava, tréneri, pomôcky, vývoz vecí na chatu, zvoz vecí

Čo si zobrať so sebou:

1. **Bežecké lyže, viazanie a palice, bežecké lyžiarske topánky** (skate /klasika /combi)
2. **Bežecké oblečenie:** Teplé, priedušné a odolné oblečenie, ktoré poskytuje dostatočnú ochranu pred vetrom a chladom. Zahrňte vrchný a dolný diel, kto má zabaliť bežeckú vestu, rukavice, čiapku, čelenku a bufku na krk. Určite zobrať radšej viac oblečenia na rôzne typy počasia.
3. **Termo prádlo vrch spodok** (viac kusov)
4. **Náhradné oblečenie:** Dostačujúci počet náhradných ponožiek, spodnej bielizne a ďalších vrstiev oblečenia.
5. **Prezuvky na chatu (šľapky) + tenisky do telocvične (halové topánky) + bežecké tenisky**
6. **Okuliare na lyžovanie:** Na ochranu očí pred slnečným žiarením, vetrom a snehom.
7. **Fľaša alebo termoska na pitie čaju/vody počas tréningu vonku**
8. **Malý batoh**
9. **Pištol + terč, roller, polary s kablom, (Top tím)**
10. **Slnečná ochrana:** Krém na opaľovanie a balzam na pery s ochranou pred UV žiarením.
11. **Kto potrebuje vosk na lyže**
12. **Osobné veci:** Toaletné potreby, uteráky, a ďalšie osobné veci.
13. **Veci na učenie**
14. **Spoločenské hry, lopár, čelovka**
15. **Müsli tyčinky/ sladkosti (NEPREHNAŤ TO!!)**
16. **Preukaz poistenca, podpísane GDPR, splnomocnenie, lieky (o všetkých liekoch, tabletkách, vitamínoch, sprejoch ktoré detom pribalíte prípadne musia užívať počas sústredenia je potrebné nás informovať).**