



DĚTSKÉ KEMPY 2024

Časový harmonogram:

Na traily, do lesa, skoky, na výlet. Každý den je jiný.

Každý den začínáme v 9 hod. V rámci dopoledního programu trénujeme techniku v bikovém hřišti. Odpoledne je čas na ježdění na trailech a hry na kole i mimo kolo. Součástí celotýdenního programu je také krátký výlet na kole, dovednostní závod, "jak se starat o své kolo", výroba mapy a orientace v mapě a další.

- 8:00 - 9:00: **příchod**
- 9:00 - 12:00: **dopolední program**/ bikové hřiště (technika, trénink zatáčení, rovnováhy, skákání, klopenek).
- 12:00 - 13:00: **oběd**/ 3x teplý oběd + 2x studený na výletě
- 13:00 - 16:00: **odpolední program**/ jízda v terénu - traily + trénink skoků, program se liší podle úrovní, mladší děti mají program doplněný o hry na kolech.
- 16:00: **vyzvednutí**