

OBÓZ LETNI KYOKUSHIN KARATE



ŁAZY

02.08-12.08.2012

wyjazd: 01.08.2012 – powrót: 13.08.2012



KADRA INSTRUKTORSKA

shihan E. DADZIBUG 5 Dan
sensei Z. ZIELIŃSKI 4 Dan
sensei M. DADZIBUG 3 Dan
sensei A. SŁOMKA 1 Dan



WAKACJE NAD MORZEM
WAKACJE NAD MORZEM



Ośrodek „Bryza” znajdujący się w Łazach położony 100 m od morza. Pokoje 2 osobowe z własnymi łazienkami (wc, umywalka i natrysk). Do dyspozycji gości: dobra stołówka – „bufet”, osobny budynek klubowy (TV, taniec, sport, rozrywka, itp.), boiska sportowe (siatkówka, koszykówka, tenis, badminton, „ścieżka zdrowia”), sprzęt sportowy (stoły do ping-ponga, itp.), place zabaw dla dzieci, wykwalifikowany i sumienny personel, miejsca na grill i ognisko, salki telewizyjne, parking na zamkniętym terenie.

PROGRAM OBOZU

- ❖ Obóz poprowadzi wykwalifikowana kadra instruktorów w oparciu o światowe trendy karate
 - ❖ Treningi odbywać się będą z podziałem na grupy wiekowe i stopnie zaawansowania (kikon, ido-geiko, kata, kumite, praca na tarczach, zajęcia z boku - K1)
 - ❖ Dla rodziców, opiekunów, osób towarzyszących dodatkowe zajęcia tae-bo, yogi lub aerobiku
- Pierwszy trening 02.08.2012 godz. 16.00
Zakończenie obozu 12.08.2012 godz. 12.00
- W programie przewidziane są: gry i zabawy sportowe, turnieje (turniej karate z nagrodami), chrzest na samuraja, konkursy artystyczne, kąpiele morskie i słoneczne, ogniska z pieczeniem kielbasek, dyskoteki, wycieczki.
- ❖ Egzamin na stopnie wtajemniczenia do 1Kyu
 - ❖ Sayonara (uroczyste pożegnanie w stylu japońskim-wręczenie okolicznościowych pamiątek)



CENA OBOZU obejmuje:

- ❖ wyżywienie (stół szwedzki)
- ❖ zakwaterowanie
- ❖ opiekę instruktorską
- ❖ opiekę medyczną
- ❖ ubezpieczenie
- ❖ szkolenie z zakresu karate i samoobrony
- ❖ program kulturalno-oświatowy
- ❖ wycieczka
- ❖ suchy prowiant na drogę

REZERWACJA

Sosnowiecki Klub Karate tel. (032) 266-30-00, tel. kom. 602538102

Warunkiem rezerwacji miejsca jest przedpłata (do dnia 31 marca 2012r) w wysokości 200 zł, która nie podlega zwrotowi w przypadku rezygnacji. Ilość miejsc ograniczona.

CENA OBOZU – 1200 ZŁ

Przedpłata – 200 zł

I rata - 500 zł lub całość do dnia 20 kwietnia 2012 r

Pozostała kwota – 500 zł do dnia 20 maja 2012 r

Cena nie obejmuje dojazdu. Osoby zainteresowane dojazdem grupowym proszone są o kontakt z sekretariatem klubu.

WARUNKI UCZESTNICTWA:

- ❖ zgoda rodziców (dotyczy niepełnoletnich)
- ❖ opinia lekarska
- ❖ wypełniona ankieta obozowa
- ❖ wiek minimum 8 lat (młodzi pod opieką rodziców)

CO NALEŻY ZE SOBĄ ZABRAĆ:

- ❖ karate-gi
- ❖ ochraniacze: golek-stopa, ręce
- ❖ rękawice bokserskie
- ❖ dres i obuwie sportowe
- ❖ strój kąpielowy, nakrycie głowy
- ❖ okulary przeciwsłoneczne
- ❖ UŚMIECH I DOBRY HUMOR

