



OBÓZ SPORTOWY Z JAGUAREM LATO 2019

Miejsce: COW MLECZARZ

Ul. Szkolna 16, 83-241 Cypel

Termin: 29.06.2019 - 04.07.2019

WIEK : 6-9LAT

WYJAZD 29.06.2019. OK. 09.00, PRZYJAZD 04.07.2019 OK. 17.00

Zaplecze Sportowe:

- Sala o powierzchni 120 m² na wyłączność naszych zawodników
- Basen na terenie ośrodka z ratownikiem, min 2 wejścia na obozie
- Sala rekreacyjno-edukacyjna
- Stół do tenisa
- Stół do bilarda

W cenie pobytu zapewniamy:

- Opieka wykwalifikowanej kadry szkoleniowej
- Dodatkowe ubezpieczenie
- Zakwaterowanie w pokojach 3-6 osobowych
- Wyżywienie: w formie szwedzkiego stołu
- Dodatkowa woda
- Wolny dostęp sali judo
- Dostępność internetu WiFi,
- TV w pokojach
- Dostępność projektora,
- Wycieczka kulturoznawcza
- Treningi Judo



- Treningi gimnastyczne
- Teoria w formie filmów szkoleniowych
- Efektywna animacja czasu wolnego
- Transport Gdańsk - Ocypel / Ocypel - Gdańsk
- Ubezpieczenie NNW



CENA: 980 złotych

**400 zł - (wpłata zaliczki na poczet deklaracji i zablokowania miejsca)
do dnia 10.05.2019**

580 zł - reszta kwoty za obóz do dnia 15.05.2019

Do zorganizowania obozu potrzebnych jest min 16 osób.

W razie zgłoszenia niewystarczającej ilości osób organizator ma prawo do odwołania obozu.

SZACOWANY PLAN DZIAŁANIA OBOZU

Zajęcia na świeżym powietrzu + duuuużo zabawy sportem = 1 dzień obozu :)

- Doskonalenie już znanych oraz poznanie nowych technik judo
- Aktywny wypoczynek poprzez zgłębienie tajników judo
- Przygotowanie motoryczne poprzez zabawę
- Nauka prowadzenia rozgrzewki
- Wzmacnianie danych partii mięśniowych z nastawieniem na korekcję wady postawy, wyeliminowanie błędów technicznych (młodzi adepci)
- Zabawy na świeżym powietrzu **ZAJĘCIA NA PODWÓRKU**
- Metodyka gier zespołowych
- Trening kondycyjny
- Gry i zabawy odbywające się na terenie całego ośrodka
- Testy sprawnościowe
- Konkursy ze współpracą w grupach



ANIMACJA CZASU WOLNEGO

- Efektywne wykorzystanie umiejscowienia obiektu
- Liczne spacery, przebieżki, treningi na świeżym powietrzu
- Beztrioska zabawa
- Gry planszowe w pokojach
- Liczne konkursy (np. najlepsza rozgrzewka)
- Mini turnieje
- Zajęcia na hotelowym basenie (metodyka i zabawy pływackie)



**KAŻDY ODBYTY OBÓZ Z JAGUAREM JEST INNY I PRZYNOSI
WIELE KORZYŚCI I ZABAWY**

KTO BYŁ TEN WIE, A KTO NIE BYŁ ZAPRASZAMY !!!

BĘDZIE LEPSZY NIŻ POPRZEDNI !!!