

## ZIMOWY OBÓZ SPORTOWY

Szklarska Poręba / JAKUSZYCE - 2020

**NART BIEGOWE - PŁYWANIE - Trening ogólnorozwojowy !**

**26.01 do 01.02.2020 r. - 7 dni (1 tydzień ferii małopolskich)**

**OBÓZ DEDYKOWANY DLA: zawodników klas pływackich 7 SP i STARSI**

**WYJAZD: 26.01.2020 niedziela / godz. 06:30 (zbiórka pod szkołą)**

**POWRÓT: 01.02.2020 sobota / ok. godz. 17:00 (pod szkołą)**

**ZAKWATEROWANIE: „Pensjonat ZAMECZEK” <http://www.zameczek.wszklarskiej.pl/>**

*Pensjonat Zameczek jest usytuowany Szklarskiej Porębie dolnej (dojście do Górnej Szklarskiej Poręby 40 minut spacerem). W okolicy znajdują się liczne trasy narciarskie i wyciągi dla miłośników białego szaleństwa. Pokoje Dysponujemy 50 miejscami noclegowymi w pokojach 2, 3, 4-osobowych oraz jednym pokojem studio. Wszystkie pokoje posiadają łazienki i tv, w pokojach są łóżka jednoosobowe. W każdym pokoju znajdują się szklanki oraz czysta pościel. Na korytarzu są czajniki do dyspozycji gości.*

**Pensjonat będzie naszym miejscem wypadowym do Najlepszego w Polsce miejsca gdzie można uprawiać i cieszyć się Narciarstwem Biegowym, w pięknej okolicy, wyjątkowym mikroklimacie, jakim są JAKUSZYCE – POLANA JAKUSZYCKA.**



**WYŻYWIENIE: 3 posiłki (śniadanie, obiad, kolacja)**

**DOJAZD:** autokar, również na miejscu (dojeżdżamy swoim autokarem na trasy biegowe do Jakuszyc, salę gimnastyczną, siłownię i pływalnię)

**CENA OBOZU: 1360 zł**

### CENA ZAWIERA:

- **7 dni pobytu / 6 noclegów**, wyżywienie (3 posiłki dziennie);
- **szkolenie z narciarstwa biegowego** – 5-6 zajęć po 2-3 godziny z wykwalifikowanymi instruktorami (w tym wypożyczenie sprzętu narciarskiego- biegowego);
- **zajęcia na pływalni** – trening techniczny – 2 treningi pływackie po 1,5 godz. (pływalnia hotelu Bornit 4 tory);
- **zajęcia sportowe** - gry i zabawy, gimnastyka ogólnorozwojowa, trening siłowo-wytrzymałościowy;

- *wyjazd rekreacyjny do „TERMY CIEPLICKIE – Jelenia Góra”*
- *zajęcia integracyjne – dyskoteka;*
- *opieka wykwalifikowanych wychowawców- trenerów;*
- *ubezpieczenie NNW;*
- *transport Kraków - Szklarska Poręba - Kraków oraz przejazd na miejscu, na szkolenie narciarstwa biegowego oraz pływackiego;*
- *nagrody za organizowane konkursy, zawody;*

#### **KOSZTY DODATKOWE:**

- kieszonkowe wg. uznania (zakupy, pamiątki itp.)

#### **TERMINARZ WPLĄT:**

Z uwagi na konieczność **SZYBKIEGO** potwierdzenia ilości miejsc zajmowanych w ośrodku – rezerwacja miejsca po wpłacie zadatku (bezzwrotnego) na konto klubowe: 19 1540 1115 2083 9093 3877 0001 (z dopiskiem: „obóz zimowy Szklarska Poręba 2020 – imię nazwisko dziecka”), w wysokości 260 zł oraz po wypełnieniu „Formularza Zgłoszeniowego” uczestnika i oddanie do trenera prowadzącego – **do 15.11.2019 !!!**  
**ILOŚĆ MIEJSC OGRANICZONA !!!**

**Prosimy o terminowość, po 15.11.2019 nie gwarantujemy miejsc na obozie !**

**❖ Zadatek – 260 zł (do 15.11.2019) – rezerwacja miejsca !**

Pozostała kwota - możliwość wpłat w 2 częściach:

- ❖ **I WPLATA – 550 zł – do 19.12.2019**
- ❖ **II WPLATA – 550 zł – do 12.01.2020**

