



[www.judo.bialystok.pl](http://www.judo.bialystok.pl)

MŁAWA 4-15.07.2016 r.

## OBÓZ REKREACYJNO-WYPOCZYNKOWY JUDO

Klub Judo Politechniki Białostockiej w okresie letnim organizuje członkom Klubu w wieku od lat 8 zgrupowanie sportowe:

**MIEJSCE:** Bursa Szkolna w Mławie, ul. Lelewela 5, 06-500 Mława

W pobliżu:

- Kryta pływalnia – 1000 m
- Stadion miejski (3 boiska do piłki nożnej, bieżnia lekkoatletyczna) - 1000 m
- Boiska Orlik: 1000 m (przy mławskim stadionie, ul. Kopernika 38), 1200 m (SP nr 6)
- Hala sportowa (2 sale do gier zespołowych, sala z matą do judo), boiska do siatkówki plażowej, boisko tartanowe do gier zespołowych – 950 m
- Kino – 850 m
- Kąpielisko – Zalew Ruda 5,5 km

**ZAKWATEROWANIE:** pokoje 2-3 osobowe, obszerna nowoczesna stołówka, świetlica i sala telewizyjna

Kierownik obozu: dr Piotr Klimowicz – nauczyciel akademicki, pedagog, trener klasy I w judo, stopień mistrzowski 5 dan

Kontakt: tel. 509 999 209, e-mail: [judobialystok@wp.pl](mailto:judobialystok@wp.pl)

Opiekunowie – szkoleniowcy Klubu Judo Politechniki Białostockiej

Osoby prowadzące zgrupowanie posiadają odpowiednie kwalifikacje zawodowe – trenerzy i instruktorzy judo posiadający stopnie mistrzowskie.

Grupy – do 20 uczestników, w przypadku osób poniżej 10 roku życia – grupy do 15 uczestników.

**Cena zgrupowania (pełne 12 dni): 1200 zł**

Zaliczkę w kwocie 200 zł należy wpłacić na konto Klubu (tytuł wpłaty: „obóz sportowy - Mława 2016, zaliczka” z podaniem imienia i nazwiska uczestnika) do 29.02.2016 r. Dowód opłaty należy okazać kierownikowi obozu lub przesłać mailem na adres [judobialystok@wp.pl](mailto:judobialystok@wp.pl). Okazanie dowodu opłaty zaliczki traktowane będzie jako rezerwacja miejsca na obozie. Ilość miejsc ograniczona! II rata powinna być uiszczona do 31.05.2016 r.

Bank BGŻ nr: 32 2030 0045 1110 0000 0387 5940

Klub Judo Politechniki Białostockiej, ul. Wiejska 41, 15-351 Białystok.

**W cenę zgrupowania wliczone są następujące świadczenia:**

- przejazd autokarem na trasie Białystok-Mława-Białystok,
- wyżywienie (posiłki 3 razy dziennie) i zakwaterowanie, woda mineralna (bez ograniczeń),
- opłata za opiekę kadry obozowej,
- korzystanie z obiektów sportowych (mata judo, sala gier, boiska, stadion, pływalnia i inne), inne atrakcje uwzględnione w programie zgrupowania (m.in. wycieczka do Aquaparku w Olsztynie, wycieczka do Ciechanowa, kino).

**Przykładowy ramowy program dnia:**

1. Poranny rozruch – lekkoatletyka terenowa bądź gimnastyka (15-30 minut)
2. Treningi (lekcje) judo – 1 bądź 2 razy dziennie
3. Gry i zabawy terenowe, gry zespołowe
4. Przegląd filmów judo (i nie tylko).

**Na zgrupowanie należy zabrać:**

1. Sprzęt sportowy: judogi, dres do biegania, buty przeznaczone do biegania i na halę, kurtka przeciwdeszczowa z kapturem, klapki, czapka z daszkiem, kąpielówki, czepek
2. Przybory higieniczne
3. Krem przeciwsłoneczny
4. Mały plecak
5. Kieszonkowe na drobne wydatki
6. Aparat fotograficzny

**Zawodniczka/zawodnik powinien być spakowany tak, by był w stanie samodzielnie przenieść bagaż.**

Osoby, które potrzebują rachunki proszone są o podanie mailem dokładnych danych, na które mają być wystawione rachunki.

**Zgrupowanie będzie zgłoszone w Kuratorium Oświaty w Białymstoku.**

[www.judo.bialystok.pl](http://www.judo.bialystok.pl)

