

OBÓZ REKREACYJNO-WYPOCZYNKOWY JUDO

MŁAWA 28.06-09.07.2015

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 od bursy
- Stadion miejski (3 boiska do piłki nożnej, bieżnia lekkoatletyczna) - 1000 m od bursy
- Boiska Orlik: 1000 m od bursy (przy mławskim stadionie, ul. Kopernika 38), 1200 m od bursy (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 od bursy
- Kino – 850 m od bursy
- Kąpielisko – Zalew Ruda 5,5 km od bursy

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

Opiekunowie – szkoleniowcy Klubu Judo Politechniki Białostockiej (w zależności od ilości grup)

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 do 28.02.2015 r. Tytuł wpłaty:

„Obóz sportowy - Mława 2015, zaliczka, nazwisko i imię uczestnika”. Dowód opłaty należy przesłać mailem na adres judobialystok@wp.pl. Przesłanie dowodu opłaty zaliczki będzie traktowane jako rezerwacja miejsca na obozie. II rata powinna być uiszczona do 31.05.2015. Ilość miejsc ograniczona!

Dane do przelewu:

Bank BGŻ nr: 32 2030 0045 1110 0000 0387 5940

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

W cenę zgrupowania (12 dni: 1200 zł) - 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).

www.judo.bialystok.pl



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 ogłoszone w Kuratorium Oświaty w Białymstoku.



**KLUB
JUDO
POLITECHNIKI
BIAŁOSTOCKIEJ**



www.judo.bialystok.pl