



Obóz sportowy „Lato z zapasami 2021”

Hartowiec- Ostaszewo
11-21.07.2021 r.



PROGRAM SPORTOWY

- **WINDSURFING** – szkolenie na deskach z instruktorem
- **ZAPASY** – zabawy na macie, nauka i doskonalenie techniki zapasniczej w formie zabawowej pod okiem wykwalifikowanej kadry trenerskiej
- **PLYWANIE** – zasady bezpieczeństwa na wodzie, podstawy ratownictwa, zawody pływackie; obecność Ratownika Wodnego podczas każdego obcowania z wodą
- **KAJAKI** – Wycieczki po jeziorze Hartowieckim
- **GRY SPORTOWE** – piłka nożna, siatkówka, koszykówka, gry i zabawy ruchowe
- **ROWERY WODNE** – wycieczki po jeziorze
- **MINI TRIATLON** – bieg, rower, kajak – rywalizacja o tytuł „IRON MAN”
- **OLIMPIADA SPORTOWA** – zawody w różnych dyscyplinach sportowych i rywalizacja o tytuł „Mistrza Lata z Zapasami”

W ramach zajęć sportowych zapewniamy: dwie profesjonalne maty zapasnicze, przyrządy i przybory do gier zespołowych, gimnastyki i akrobatyki, sprzęt do rekreacji wodnej – kajaki, kapoki, rowery wodne, sprzęt do tenisa stołowego.



ZAKWATEROWANIE

Ośrodek
Wypoczynkowo- Sportowy
Hartek nad jeziorem Hartowiec
Domki 3, 4 osobowe



WYŻYWIENIE

Trzy posiłki dziennie
+ podwieczorek

TRANSPORT

Autokar

PROGRAM WIECZORNY

- Ognisko
- gry terenowe
- dyskoteka



PROGRAM WYCIEZKOWY

- Wycieczka do Torunia, zwiedzanie miasta z przewodnikiem



CENA: 1550 zł – 11 dni, rodzeństwo 3000 zł

Pobyć wraz z wyżywieniem, ubezpieczenie, śniadanie i suchy prowiant w dniu wyjazdu, transport autokarem, opiekę trenerską i wychowawczą, bilety wstępu, przewodnika oraz transport w ramach wycieczek, realizację podanego programu sportowego i innych atrakcji, nagrody, fajną atmosferę i dużo dobrej zabawy.

Termin wpłacania zaliczek w kwocie 300 zł to 30.03.2021 r. Pozostałą część kwoty prosimy wpłacać do dnia 30.05.2021 r. na podane niżej konto:
PKO BP 23 1020 1042 0000 8502 0219 6004

Kontakt: Radosław Radtke 601626137,
zapasy@zapasybialoleka.pl

ILOŚĆ MIEJSC OGRANICZONA!!!



Wejdź koniecznie na stronę
www.zapasybialoleka.pl
i zobacz w zakładce galeria
jak się bawiliśmy na obozie
w latach poprzednich!