



# Obóz sportowy „Lato z zapasami”

**Wydminy k. Giżycka**  
**28.06 – 08.07. 2016 r.**

## PROGRAM SPORTOWY

- **ZAPASY** – zabawy na macie, nauka i doskonalenie techniki zapaśniczej w formie zabawowej pod okiem wykwalifikowanej kadry trenerskiej
- **PŁYWANIE** – zasady bezpieczeństwa na wodzie, podstawy ratownictwa, zawody pływackie. Obecność Ratownika Wodnego podczas każdego obcowania z wodą
- **KAJAKI** – wycieczki po Jeziorze Wydmińskim, spływ Rzeką Krutynią
- **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 zapaśnicze, przyrządy i przybory do gier zespołowych, gimnastyki i akrobatyki, sprzęt do rekreacji wodnej- kajaki, kapoki, rowery wodne, sprzęt do tenisa stołowego.



## ZAKWATEROWANIE

### Dom Wczasowy Pod Bocianem

Pokoje 2, 3 i 4 osobowe, sala konferencyjno-telewizyjna, stoły do tenisa stołowego, sala gimnastyczna, sala z matą zapaśniczą, boiska do gier sportowych, bezpośrednie sąsiedztwo lasu i jeziora



## WYŻYWIENIE

Trzy posiłki dziennie + podwieczorek

## TRANSPORT

Autokar



## PROGRAM WIECZORNY

Ognisko, gry terenowe, prezentacje filmów szkoleniowych zakresu technik zapaśniczych, możliwość zorganizowania dyskoteki



## PROGRAM WYCIEZKOWY

- Spływ rzeką Krutynią
- Rejs statkiem
- Wycieczka do Planetarium w Olsztynie
- Aquapark w Mikołajkach



## CENA: 1300 zł – 11 dni, rodzeństwo 2450 zł

Pobyty 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 marca 2016 r. Pozostałą część kwoty proszę wpłacać do 24 czerwca 2016 r. Wpłaty można dokonać przelewem na podane niżej konto: UKS Talent Białoleka PKO BP 23 1020 1042 0000 8502 0219 6004

Kontakt: Radosław Radtke tel. 601626137, zapasy@zapasybialoleka.pl

# ILOŚĆ MIEJSC OGRANICZONA!!!



Wejź koniecznie na stronę [www.zapasybialoleka.pl](http://www.zapasybialoleka.pl) i zobacz w zakładce galeria jak się bawiliśmy na obozie w latach poprzednich!