

KRAV MAGA KIDS - JUDO

WAKACJE NAD MORZEM

OBÓZ SPORTÓW WALKI

MRZEŻYNO

i

Bieszczady

2014

MRZEŻYNO – KMK / JUDO 2014

TYLKO Z NAMI OBÓZ SPORTÓW WALKI, KMK - JUDO NAD MORZEM
CIĘKAWY ZAJĘCIA I WSPANIAŁA ZABAWA!!!

19 – 26.07.2014

Obóz letni KRAV MAGA KIDS / JUDO dla dzieci, z elementami gier i zabaw na sali i w terenie, nie zabraknie też wypoczynku na plaży i kąpieli w morzu.

GWARANTUJEMY

Profesjonalną kadrę wychowawców - instruktorów, wiele dodatkowych zajęć sportowo-rekreacyjnych, zajęcia w nowym ośrodku sportowym, bazę noclegową, pełne wyżywienie a przede wszystkim odjazdowe wakacje, niezapomniane wrażenia i dobrą zabawę.

Warunki uczestnictwa:

- ukończone 8 lat
- umiejętność samodzielnego ubierania
- brak przeciwwskazań zdrowotnych – wypełniona karta uczestnika obozu

Miejsce:

Hala Widowiskowo-Sportowa MCS w Mrzeżynie
adres:

Mrzeżyńskie Centrum Sportu
ul. Tysiąclecia 32 A
72-330 Mrzeżyno

Zakwaterowanie:

7 noclegów na terenie szkoły bezpośrednio przy kompleksie MCS w Mrzeżynie, ośrodek położony w centrum miasteczka, 300m od plaży, posiada miejsca parkingowe oraz miejsce na grill,

Wyżywienie:

3 posiłki dziennie (śniadania – bufet, obiad serwowany 2-daniowy, kolacja – bufet), w dzień przyjazdu – kolacja; w dzień wyjazdu – śniadanie, obiad,

Prowadzący:

Wykwalifikowani wychowawcy, z uprawnieniami państwowymi, oraz wieloletnim doświadczeniem w pracy z dziećmi, trenerzy – instruktorzy

Zajęcia:

W kompleksie sportowym, w sali do sportów walki z matą, oraz hali do gier zespołowych wyposażonej w ścianę wspinaczkową. Do dyspozycji również siłownia i sauna. Część zajęć w zależności od pogody realizowana będzie w terenie – morze, plaża, las.

Płatności:

Cena obozu to - 980 PLN

Cena zawiera:

7 noclegów na terenie szkoły bezpośrednio przy kompleksie MCS Mrzeżyno w salach szkolnych dostosowanych do funkcji noclegowych. 3 posiłki dziennie na terenie ośrodka (śniadanie szwedzki stół, obiad z dwóch dań, kolacja szwedzki stół) możliwość korzystania z infrastruktury obiektu (sauna, siłownia, squash, ścianka wspinaczkowa) opieka instruktora wychowawcy w trakcie zajęć i czasie wolnym. Zajęcia z elementami sportów walki m.in. Judo, boks, Krav Maga – specjalny autorski program dla dzieci. Gry - zabawy w obiektach sportowych oraz gry i zabawy ruchowe w terenie. W trakcie obozu „paintball”.

WARUNKI ZGŁOSZENIA – PŁATNOSCI

Email: wlodek@kravmaga.org.pl

ZAWODOWIEC – Włodzimierz Kopec

Ul. Droga Dębińska 10 c / 216, 61 – 555 Poznań

Zgłoszenie należy potwierdzić wpłatą na konto:

PKO-BP oddz. V w Poznaniu nr konta: **31 1020 4027 0000 1602 0438 7858**

W tytule wpłaty proszę podać „**KMK / JUDO MRZEŻYNO 2014**”

I – wpłata 300 zł potwierdzająca zgłoszenie i rezerwację do 01.05.2014r.

II – wpłata 680 zł do 01.07.2014r.

O udziale w obozie decyduje kolejność zgłoszeń potwierdzonych pierwszą wpłatą wraz z dostarczeniem wypełnionej przez rodziców / prawnych opiekunów karty uczestnika obozu. Osoby zgłaszające się po terminach podanych powyżej muszą się liczyć z możliwością braku miejsc.

W przypadku rezygnacji z uczestnictwa w obozie, I wpłata nie zostaje zwrócona, gdyż stanowi pokrycie kosztów zarezerwowanego miejsca w ośrodku.

Przy zgłoszeniu należy podać:

imię, nazwisko - telefon kontaktowy

Oplata nie uwzględnia podróży dziecka z domu do Mrzeżyna i z Mrzeżyna do domu, w zależności od potrzeb istnieje możliwość zorganizowania za dodatkową opłatą transportu po uwzględnieniu ilości chętnych do skorzystania z takiej opcji.

W celu uzyskania dodatkowych informacji proszę

pisać na: wlodek@kravmaga.org.pl

lub dzwonić 601 877 228

Military CAMP KRAV MAGA – BIESZCZADY 2014

RAJSKIE 03 – 09.08.2014

/Ośrodek „EDEN” Rajska Dolina/

Jeśli szukasz wygód i leniwego wypoczynku, to lepiej zostań w domu!!!!

Jeśli chcesz poznać smak prawdziwej przygody, sprawdzić swoje możliwości, nauczyć się orientować i przemieszczać w górach, oraz poznać techniki samoobrony – **to ten obóz jest dla Ciebie.**

Dowiedz się czy dasz radę w ekstremalnych sytuacjach - pod opieką profesjonalistów.

W programie:

- Wybrane elementy szkolenia z wojskowego programu walki w bliskim kontakcie WWBK dla instruktorów WP, opartego na KRAV MAGA
- Wybrane elementy bezpiecznego posługiwania bronią indywidualną z programu szkolenia wojskowego - BLOS
- Pokonywanie terenu górzystego z pomocą technik linowych
- Marsze na orientację, nawigacja w terenie górzystym
- Praca z mapą, marsz na azymut
- Pierwsza pomoc przedmedyczna
- Nauka wykorzystania podręcznego sprzętu do przetrwania i walki

W trakcie szkolenia obowiązywał będzie podział na grupy uwzględniający sprawność fizyczną, wiek i możliwości psychofizyczne uczestników. Zajęcia poprowadzą instruktorzy KRAV MAGA, nauczyciele z doświadczeniem w pracy z młodzieżą i dziećmi, oraz dodatkowo instruktorzy jednostek specjalnych wojska, którzy na co dzień przygotowują żołnierzy do działań w ekstremalnych warunkach misji poza granicami kraju.

Każdy uczestnik obozu musi posiadać:

- Typowe wyposażenie do treningu KM - ochraniacz krocza, ochraniacz szczęki
- ubranie i obuwie do zajęć w terenie uwzględniające zmienne warunki pogodowe (buty trekkingowe, plecak pozwalający zabrać ekwipunek na 24 godziny wyprawy)
- strój do zajęć w wodzie – basen odkryty

W obozie mogą uczestniczyć osoby, które ukończyły 12 lat, za zgodą prawnych opiekunów po wcześniejszym ustaleniu z organizatorem. Istnieje możliwość stworzenia kilku grup ze specjalnym programem dostosowanym do wieku uczestników.

Koszt: **980 PLN**

Cena zawiera: nocleg, pełne wyżywienie, treningi, transport w trakcie obozu do i z miejsca ćwiczeń, ognisko oraz możliwość korzystania z infrastruktury i sprzętu rekreacyjnego ośrodka – m.in basenu, rowerów

Więcej informacji o programie obozu, organizacji zajęć oraz miejscu pobytu:

Tel: + 48 601 877 228 / Email: wlodek@kravmaga.org.pl

ZGŁOSZENIA / OPŁATY

Email: wlodek@kravmaga.org.pl

ZAWODOWIEC – Włodzimierz Kopec

Ul. Droga Dębińska 10 c / 216, 61 – 555 Poznań

Zgłoszenie należy potwierdzić wpłatą na konto:

PKO-BP oddz. V w Poznaniu nr konta: **31 1020 4027 0000 1602 0438 7858**

W tytule wpłaty proszę podać „**KMK - BIESZCZADY 2014**”

I – wpłata 300 PLN potwierdzająca zgłoszenie i rezerwację do 01.05.2014r.

II – wpłata 680 PLN do 15.07.2014r.

O udziale w obozie decyduje kolejność zgłoszeń potwierdzonych pierwszą wpłatą. Osoby zgłaszające się po terminach podanych powyżej muszą się liczyć z możliwością braku miejsc.

W przypadku rezygnacji z uczestnictwa w obozie I wpłata nie zostaje zwracana, gdyż stanowi pokrycie kosztów rezerwacji miejsca w ośrodku.

Przy zgłoszeniu należy podać:

imię, nazwisko, telefon kontaktowy,

Oraz wypełnioną kartę kwalifikacyjną

W celu uzyskania dodatkowych informacji proszę

pisać na: wlodek@kravmaga.org.pl

lub dzwonić 601 877 228