

*XIX
Letnia Szkoła Karate Kyokushin*

極真道

100 zł taniej
przy pełnej wpłacie do 10 maja

Sianożęty 2013 8–19 sierpnia 2013

KADRA INSTRUKTORSKA

- > Artur Sroka - 4 dan
- > Jarosław Rytel - 4 dan
- > Adam Dzierwa - 3 dan
- > Tomasz Bachowski - 3 dan
- > Piotr Dębiec - 1 dan

oraz pozostali instruktorzy i wychowawcy, sprawujący opiekę nad uczestnikami obozu.



„Letnia Szkoła Karate Kyokushin to wspierała, wieloletnia tradycja zagłębiowskich i śląskich klubów Karate Kyokushin. Dwutygodniowy obóz sportowo-rekreacyjny wykreował swój własny, sprawdzony standard letniego wypoczynku. Sport, zabawa, przygoda i ogromna dawka dobrego humoru. To trzeba przeżyć! W imieniu ZKKK oraz klubów partnerskich, zapraszam do udziału w Letniej Szkole Karate Kyokushin.”

Sensei Artur Sroka 4 dan

XIX

Letnia Szkola Karate Kyokushin

Sianożęty 2013 8-19 sierpnia 2013

極真



ZAKWATEROWANIE

- > ośrodek 200m od plaży,
- > pokoje - 2-5 osobowe z łazienkami,
- > wyżywienie - 4 posiłki dziennie,
- > boiska do piłki nożnej, siatkówki, koszykówki,
- > sala TV, disco, bilard, ping-pong, rowery,
- > całodobowa opieka wychowawców,
- > na miejscu - lekarz, pielęgniarka, ratownik,
- > ubezpieczenie NW.

Ośrodek wypoczynkowy „Jantar” - Sianożęty
ul. Północna 5, 78-111 Ustronie Morskie

PROGRAM SPORTOWY

- > treningi karate - kihon, kata, kumite,
- > treningi specjalistyczne dla zawodników,
- > treningi walk reżyserowanych oraz light contact, zajęcia z akrobatyki,
- > egzamin na stopnie karate,
- > elementy samoobrony,
- > gimnastyka kręgosłupa dla dzieci i dorosłych,
- > dzień Uchi Deshi, trening nocny.



WARUNKI UCZESTNICTWA

- > wiek min. 8 lat (młodszy pod opieką rodziców),
- > zgoda rodziców (dotyczy niepełnoletnich),
- > wypełniona karta uczestnictwa wraz z opinią lekarską,
- > rezerwacja miejsca po wpłacie 1 raty wg kolejności zgłoszeń ,
- > szczegóły na karcie zgłoszenia oraz na stronie internetowej.

PROGRAM WYPOCZYNKOWY

- > wieczory filmowe,
- > zajęcia relaksacyjne, medytacje, yoga, stretching,
- > kąpiele w morzu, wycieczki piesze i rowerowe,
- > ognisko, dyskoteki, wycieczka do Kołobrzeg,
- rejs statkiem, wizyta w aqua parku,
- > turnieje, zabawy, gry i konkursy sportowo ruchowe,
- > chrzest samurajski, Sayonara.



CENA, TERMINY I FORMA PŁATNOŚCI

- > 1340 PLN dla klubowiczów ,
- > 1440 PLN dla niezrzeszonych ,

I rata - 340 zł do 10 maja 2013

II rata - pozostała kwota do 15 czerwca 2013

Wpłaty prosimy przesyłać na konto nr:

23 1160 2202 0000 0001 8416 9731

Zagłębiowski Klub Karate Kyokushin

Adres: ul. Żwirki i Wigury 22a/52, 42-500 Będzin

Tytuł przelewu: Imię i nazwisko uczestnika,

telefon kontaktowy oraz dopisek „Obóz Karate”

ORGANIZATOR



Zagłębiowski Klub Karate Kyokushin

PARTNERZY

**Dąbrowski Klub Karate
Klub Karate Budo Częstochowa
Chorzowski Klub Karate Kyokushin
Klub Karate Kyokushin Jaworzno
Żywiecki klub Karate Kyokushin**



KONTAKT

Telefonicznie: 504 296 603 lub 504 296 601

Mailowo: biuro@terminatus.pl

Osobiście: u instruktorów podczas zajęć

Zapraszamy do odwiedzenia strony:

www.terminatus.pl