



Uczniowski Klub Sportowy „Lider” Dębogórze

Dębogórze, ul. Pomorska 30, 81-198 Kosakowo,

tel. 602 385 709, fax 58 679 13 25

e-mail: liderdebogorze@gmail.com, www.liderdebogorze.pl

NIP: 587 168 69 83, Regon: 221108999,

Bank BGŻ 02 2030 0045 1110 0000 0202 8630

Obóz Sportowy Stacjonarny – Zimowe Półkolonie dla sportowców

Zapraszamy wszystkich rodziców UKS Lider Dębogórze do zapoznania się z ofertą stacjonarnego obozu sportowego, który odbędzie się w pierwszym i w drugim tygodniu Ferii.

Obóz zorganizowany będzie w ramach zimowych półkolonii i zostanie zgłoszony do Kuratorium Oświaty. Treningi będą odbywały się na sali gimnastycznej w Dębogórze oraz Hali Sportowej w Kosakowie

Każdy rodzic będzie mógł uzyskać Fakturę, za udział dziecka w półkoloniach.

Półkolonie to wyjątkowy program dla dzieci z urozmaiconym programem sportowo-rekreacyjnym. To mnóstwo śmiechu i radości, ćwiczeń i aktywności fizycznej, zabaw, biegania, pływania, rozgrywek zespołowych.

Dzięki naszym półkoloniom dzieci mogą spędzić czas bardzo aktywnie, twórczo, pożytecznie, a przede wszystkim bezpiecznie. Podczas 5-dniowych turnusów stworzymy dzieciom wymarzone ferie!

Harmonogram turnusów:

1 tydzień ferii -> 29.01-02.02.2018 r. – Piłka nożna

Grupa I - Roczniaki: 2004/2005,

Grupa II – Roczniaki: 2008/2009, 2010 i młodsze

2 tydzień ferii -> 05 -09.02.2018 r. – Piłka siatkowa, piłka nożna

Grupa I siatkarska - Roczniaki: 2004,2005,2006,2007,2008

Grupa II piłkarska – Roczniaki 2010 i młodsze

CENA za I turnus!

jeden tydzień - 490 zł

jeden dzień - 150 zł

W programie półkolonii:

- dwa treningi dziennie
- 3x zajęcia na pływalni w Kosakowie z instruktorem
 - gry i zabawy na hali sportowej
- gimnastyka ogólnorozwojowa, ćwiczenia motoryczne
 - wyjazd do Multikina
 - laser tag - paintball laserowy
 - archery tag – strzelanie z łuków
- twórcze zajęcia kreatywnego myślenia
 - pobyt w JUMP CITY Rumia
 - kurs podstaw ratownictwa

Zapewniamy:

- profesjonalną i rzetelną opiekę oraz wykwalifikowanych instruktorów i trenerów
- wyżywienie (obiad dwudaniowy)
- przejazdy autokarowe
- bilety wstępu



Uczniowski Klub Sportowy „Lider” Dębogórze

Dębogórze, ul. Pomorska 30, 81-198 Kosakowo,

tel. 602 385 709, fax 58 679 13 25

e-mail: liderdebogorze@gmail.com, www.liderdebogorze.pl

NIP: 587 168 69 83, Regon: 221108999,

Bank BGŻ 02 2030 0045 1110 0000 0202 8630

Zajęcia będą odbywały się w grupach 15-20 osobowych, od poniedziałku do piątku w godz. 8:00 -16.00.

Niezbędnik półkolonisty:

Śniadanie - obowiązkowo każde dziecko powinno zjeść pierwsze śniadanie w domu, dzięki któremu będzie miało siłę i energię do porannych ćwiczeń. Drugie śniadanie dziecko powinno mieć ze sobą.

Co zabrać ze sobą na półkolonię?

- Przede wszystkim dobry humor i chęci do ćwiczeń
- Sportową odzież (koszulka i spodenki) umożliwiającą swobodne wykonywanie ćwiczeń.
 - Odzież na zmianę, jeśli dziecko się ubrudzi
- Ciepłą kurtkę, czapkę, szalik i rękawiczki, chusteczki higieniczne
 - Strój kąpielowy, klapki i czepek
- Zmienne obuwie posiadające białą lub kauczukową podeszwę

Czego nie zabieramy na półkolonię?

Urządzeń elektronicznych tj. konsole do gier lub inne zabawki, które mogą rozpraszać uwagę zarówno dziecka jak i całej grupy.

Drogocennych rzeczy i biżuterii

Dużych kwot pieniężnych

Przykładowy plan dnia:

8:00 – 9:00 — przyprowadzenie dzieci przez rodziców, gry i zabawy świetlicowe, II śniadanie

9:00 – 10:30 — I blok zajęć treningowych

10:30 – 12:00 — I blok zajęć rekreacyjnych

12:00 – 12:30 — obiad

12:30 – 14:00 – II blok zajęć rekreacyjnych

14:00 – 16:00 – II blok zajęć treningowych

Dokładny Plan Pracy zostanie udostępniony po uzbieraniu grup.

Zapisy: zgłoszenia u trenerów poszczególnych roczników i sekcji do dnia 10 grudnia 2017 r.

Rezerwacja miejsca: zaliczka na konto UKS Lider Dębogórze do dnia 15.12.2017

Bank BGŻ BNP PARIBAS - **60 2030 0045 1110 0000 0409 2910**

Z dopiskiem: Półkolonie Zimowe – imię i nazwisko dziecka oraz rocznik

Organizatorzy: Lucas Tour Mariusz Wiński oraz Uczniowski Klub Sportowy Lider Dębogórze



www.liderdebogorze.pl

10% zniżki dla rodzeństw



LucasTour

www.lucastour.com.pl