

Bydgoski Klub Oyama Karate Pałac zaprasza na:

OBÓZ **TRENINGOWO-WYPOCZYNKOWY** **do Mikoszewa**

19 - 27.VII. 2019

Cena: 1150 zł

Miejscem wypoczynku będzie ośrodek w Mikoszewie (ok. 200 km od Bydgoszczy) usytuowany nad morzem z plażą strzeżoną (1,4 km do morza-20 min spacerem). Ośrodek posiada bogate zaplecze do uprawiania różnych form aktywności ruchowej.

Na terenie ośrodka znajduje się stołówka, a także część rekreacyjna:

- przestronna sala do treningu
- boisko do koszykówki i siatkówki
- basen zewnętrzny oraz brodzik dla dzieci
- mini plac zabaw dla dzieci
- stołówka - bardzo dobre wyżywienie
- miejsce na ognisko
- altana grillowa

Zakwaterowanie: w 7 domkach 8-osobowych.

Na piętrze są 2 sypialnie 3-osobowe, na dole pokój dzienny z tapczanikiem i wersalką, łazienka, aneks kuchenny, duży taras.

Wyżywienie: 3 posiłki dziennie + podwieczorek.

W programie m.in.:

- treningi karate w/g stopnia zaawansowania i wieku ćwiczących
- zawody OYAMA Karate
- konkursy dla najmłodszych i młodzieży
- plażowanie i kąpiele w morzu
- wycieczka autokarowa
- piesze wycieczki po okolicy
- zajęcia sportowo-rekreacyjne: piłka nożna, piłka siatkowa, badminton, ping-pong i inne
- dla chętnych egzamin na stopnie uczniowskie „kyu”*

* W przypadku przystąpienia do egzaminu na stopnie „kyu” należy przekazać organizatorowi zgłoszenie do udziału w egzaminie (do pobrania na treningu) + opłatę za certyfikat. Zdający musi mieć opłaconą składkę członkowską do OYAMA PFK i BKOKP.

UWAGA: program może być modyfikowany na bieżąco z przyczyn niezależnych od organizatora np. pogodowych.

Cena zawiera:

- transport autokarem
- zakwaterowanie i wyżywienie wg opisu
- realizację programu sportowo-rekreacyjnego i wycieczek
- ubezpieczenie NNW
- opiekę kadry pedagogicznej, medycznej, instruktorskiej i ratownika.

Uczestnicy wyjazdu powinni zabrać z sobą:

- krem z filtrem UV
- kimono
- strój sportowy i obuwie sportowe
- nakrycie głowy
- mały plecak na wycieczki
- strój kąpielowy + klapki
- LEGITYMACJĘ SZKOLNĄ.

Dane dotyczące wyjazdu:

Godzina i miejsce wyjazdu z Bydgoszczy:

19.07.2018 - godz. 8.30 (ZBIÓRKA 8.15), parking przy Hali Łuczniczka
ul. Toruńska 59

Godzina powrotu:

27.07.2018 - ok. godz. 14.00, miejsce to samo.

Zgłoszenie uczestnictwa:

- Zapisy na obóz przyjmuje: Sławomir Postuszny, tel :
506 337 190, e-mail: sl.postuszny@gmail.com
- Warunkiem zarezerwowania miejsca jest wpłata zaliczki w wysokości
300 zł do dnia 31.03.2019.
- Po wpłacie zaliczki proszę wypełnić kartę uczestnika i dostarczyć ją do
Sensei Sławomira Postusznego. Karta do pobrania na treningu lub na
stronie: <http://www.oyamakaratebydgoszcz.pl/karta.pdf>

Ilość miejsc ograniczona ! O zakwalifikowaniu do udziału w obozie
decyduje kolejność wpłat.

KOSZT: 1150 zł - płatne w dwóch ratach

Pierwsza rata, będąca jednocześnie kwotą gwarancyjną, wynosi 300 zł.
Płatna do 31.03.2019.

Druga rata - wynosi 850 zł. Płatna do 30.05.2019.

W przypadku rezygnacji po 30.05.2019, zaliczka nie będzie zwrócona.

Wpłat należy dokonywać na konto :

Alior bank: 69 2490 0005 0000 4530 8917 4238

z dopiskiem: MIKOSZEWO + imię i nazwisko dziecka.

ORGANIZATOR: Bydgoski Klub Oyama Karate Pałac Adres : ul. Kasztanowa
25a, 85-605 Bydgoszcz. Sensei Sławomir Postuszny 4 Dan tel. 506 337 190

Sprawdź Ośrodek na: <http://lesnyzakatekmikoszewo.pl/>