

Obóz Rekreacyjno-Sportowy Taekwon-do

Miejsce: Rudki .

Termin: 27/06 - 08/07/2021 r.

Transport:

Przejazd autokarem.

Zbórka : 27/06//2021 **GRUPA 1** godzina 10:00 Parking przy Parku Handlowym ZAKOPIANKA

GRUPA 2 godzina 11:00 Parking przy Parku Handlowym ZAKOPIANKA

Powrót : 08/07/2021 **GRUPA 2** godzina 14:00 Parking przy Parku Handlowym ZAKOPIANKA

GRUPA 1 godzina 15:00 Parking przy Parku Handlowym ZAKOPIANKA

Czas przyjazdu jest czasem orientacyjnym !!!

!!!!!!! Osoby które dojadą na obóz własnym transportem prosimy o info sms na nr 6014433894 !!!!!!!

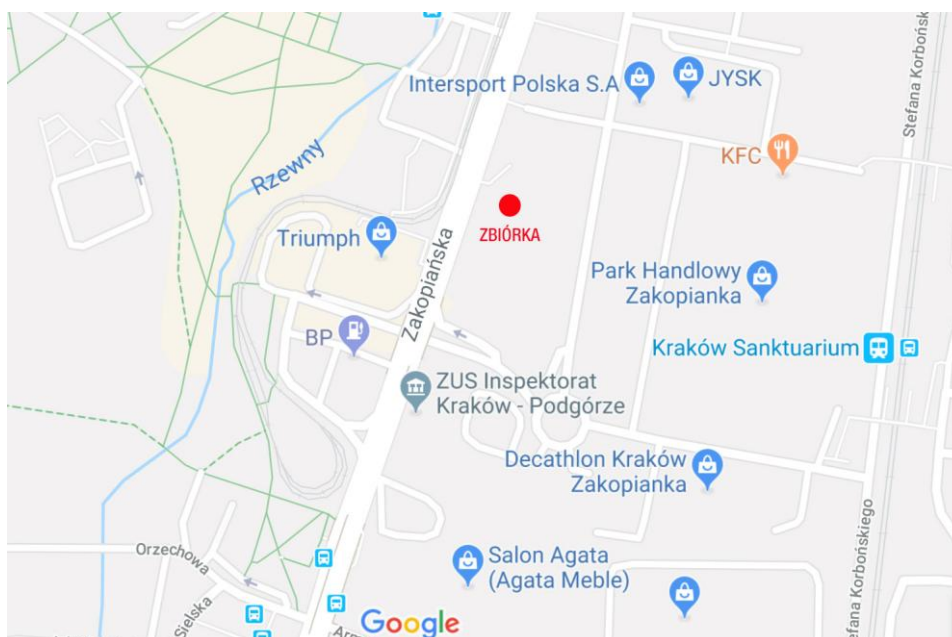
WAŻNE !!!!

Do autokarów w pierwszej kolejności pakowane będą bagaże, zgrzewki z wodą mineralną nie będą zabierane z powodu braku miejsca.

Dzieci należy zaopatrzyć w wodę max dwie butelki na drogę w bagażu podręcznym.

Na miejscu będzie możliwość kupienia i dostarczenia dowolnej ilości i rodzaju wody mineralnej.

W autokarze obowiązuje zakrywanie twarzy maseczką !!!!!



Zakwaterowanie:

Zakwaterowanie na terenie Centrum Wypoczynkowego „GOŁOBORZE”

Centrum Wypoczynkowe "GOŁOBORZE" Rudki, ul. Górnicza 3, 26-006 Nowa Słupia , tel **41 31 77 483** (recepcja), **604 710 473**

Pokoje 3-5 osobowe z TV i pełnym węzłem sanitarnym.

WAŻNE !!!

Organizator informuje, że wstępne ustalenia z uczestnikami oraz rodzicami odnośnie zakwaterowania na obozie mogą ulec zmianie ze względów organizacyjnych lub wychowawczych.

Wyżywienie:

4 posiłki dziennie. Stołówka na terenie ośrodka (śniadanie i kolacja stół szwedzki)

Obiekty sportowe i rekreacyjne do dyspozycji uczestników obozu:

- pełnowymiarowa hala sportowa • dwie sale sportowe • basen kryty • dwa korty tenisowe • orlik do piłki nożnej • orlik do koszykówki
- siłownia • boisko do siatkówki • wiata na grilla • sala multimedialna, świetlica.

Zajęcia sportowo - rekreacyjne:

- 3 treningi taekwon-do dziennie z podziałem na wiek oraz stopień zaawansowania. Zakres programowy zajęć obejmować będzie:
 - zajęcia ogólnorozwojowe, naukę oraz doskonalenie układów TKD, doskonalenie elementów techniki i taktyki walki, samoobronę, akrobatykę.
- indywidualne konsultacje
- nauka i doskonalenie pływania
- zajęcia sportowe i rekreacyjne na terenie ośrodka (zabawy biegowe, gry zespołowe),
- mini zawody z nagrodami
- egzamin na stopnie szkoleniowe Taekwondo

WAŻNE !!!

Uczestnicy obozu zdający egzamin powinni mieć ze sobą w podpisanej kopercie odliczoną kwotę za egzamin (na jeden stopień)

Aktualny pełny cennik egzaminów na stronie PZTKD <https://pztkd.lublin.pl/artykul/24-cennik-stopni-kup-na-rok-2016>

ZDAJE NA ®	10 kup	9 kup	8 kup	7 kup	6 kup	5 kup	4 kup	3 kup	2 kup	1 kup
0 kup	70.00	108.00	146.00							
10 kup		70.00	108.00							
9 kup			70.00	113.00						
8 kup				75.00	118.00					
7 kup					75.00	123.00				
6 kup						80.00	138.00			
5 kup							90.00	138.00		
4 kup								90.00	158.00	
3 kup									110.00	193.00
2 kup										125.00

Podstawa prawna: Decyzja Zarządu PZTKD z dn. 10.12.2016 r., Lublin

Zajęcia dodatkowe:

- konkursy z nagrodami (konkursy plastyczne, gry umysłowe, zawody pływackie, konkurs czystości, itp)
- ogniska z grillem

Wyposażenie uczestników:

Uczestnicy obowiązkowo posiadać powinni:

strój sportowy lekki, strój sportowy ciepły, strój taekwon-do (dobok lub koszulka z nadrukiem, spodnie), obuwie do biegania i wędrowki, strój do pływania, klapki, okulary do pływania, czepek, mały plecak, czapkę z daszkiem, okulary przeciwsłoneczne, kurtka przeciwdeszczowa, obuwie przeciwdeszczowe, mała latarka, zawansowani sprzęt do walki.

Dzieci mogą posiadać ze sobą telefony i inny sprzęt elektroniczny ale organizator nie bierze na siebie odpowiedzialności za ewentualne uszkodzenia lub zaginięcia sprzętu.

Kadra instruktorska:

Kierownik obozu : **Paweł Porębski** Tel **601443894**

Opiekunowie-instruktorzy:

Konrad Kulawski, Sebastian Porębski, Magdalena Mateja-Furmanik, Barbara Porębska, Marcin Błaszczuk, Kamil Piątek, Michał Głogowski, Weronika Bodoź, Jan Płażek, Kinga Płażek. **Gość specjalny trener Kadry Narodowej Taekwondo Jacek Łuniewski VII dan**

Opieka lekarska:

Opiekę lekarską 24h/dobę nad uczestnikami obozu sprawować będzie ratownik medyczny Piotr Majchrzyk.

Odwiedziny:

Zgodnie z zaleceniami GIS, MZ i MEN odnośnie organizacji obozów i kolonii odwiedziny nie będą możliwe

Lekarstwa:

Stałe leki przyjmowane przez dzieci należy zdeponować u wyznaczonej osoby (Barbara Porębska) w przezroczystym zamykanym woreczku wraz rozpiską i upoważnieniem do ich podawania (do pobrania załącznik)

Dokumenty:

Przed wyjazdem należy oddać kartę kwalifikacyjną, oświadczenie o stanie zdrowia (do pobrania załącznik), zawodnicy ksero badań sportowo lekarskich

Podział na grupy:

Grupa 1 zbiórka 10:00

nazwisko	imię
Achimescu	Julian
Achimescu	Jan
Adler	Jędrzej
Avetisyan	Aleksandr
Badzioch	Szymon
Bajotek	Szymon
Bałaga	Franciszek
Bałaga	Piotr
Baścik	Mateusz
Baścik	Julia
Brudziana	Adam
Cichoń	Magdalena
Cichoń	Milena
Dula	Borys
Fałdrowicz	Daria
Fałdrowicz	Olga
Górka	Igor
Grzyb	Izabela
Guguła	Antoni
Janicki	Łukasz
Janowski	Przemysław
Jarubas	Karolina
Jurczak	Antoni
Kaczmarek	Marta
Kaczmarek	Kajetan
Kamiński	Wiktor
Kasperska	Maja
Kitliński	Mateusz
Klepka	Jan
Klepka	Maria
Kmiecik	Emilia
Kominek	Gabriela
Kozek	Antoni
Kozek	Feliks
Kruk	Kamil
Kruk	Karol
Kuchno	Dawid
Kuleta	Emilia
Kuśmierczyk	Antoni
Kuśmierczyk	Helena
Kwiatkowski	Maksymilian
Lenart	Jakub
Lipiński	Bartosz
Łaskawiec	Zofia
Macedoński	Jerzy
Majewski	Maksymilian
Matysiak	Zofia
Michalik	Maria

Grupa 2 zbiórka 11:00

nazwisko	imię
Abratańska	Emilia
Babula	Nikola
Baran-Vole	Anna
Budzewska	Zoja
Bukowski	Maks
Chludziński	Miłosz
Chrapek	Kamil
Dej	Cezary
Dmitruk	Antoni
Dobosz	Jakub
Drobiszewska	Wiktoria
Drobiszewska	Aleksandra
Duniec	Dawid
Duraj	Gustaw
Dymnicka	Antonina
Dźwigala	Anna
Fryc	Nadia
Fryc	Natasza
Gołąbek	Bartosz
Górska	Weronika
Grajny	Natalia
Grzegulski	Aleksander
Hojdak	Radosław
Jóźwik	Kacper
Jóźwik	Hanna
Kania	Szymon
Kępa	Michał
Kępa	Wojciech
Kępa	Jakub
Koczanowicz	Piotr
Konofalski	Tymon
Koterwa	Wojciech
Kowalska	Maja
Król	Julia
Kukurba	Maja
Kukurba	Tomasz
Kula	Bartosz
Litka	Lena
Macała-Wrześniowski	Karol
Misiaszek	Tomasz
Moszner	Jakub
Nowak	Igor
Ostrowski	Maksymilian
Owca	Weronika
Ozorowska	Karina
Polak	Kalina
Preis	Zuzanna
Rak	Maria

Misiak	Mateusz
Nowak	Stanisław
Opaczko	Dorian
Piechowicz	Gabriela
Płonka	Julian
Popielarski	Mateusz
Potoniec	Dominika
Psonak	Paulina
Rachel	Jakub
Rosner	filip
Rospond	Stanisław
Ryszka	Marika
Sacha	Izabela
Sekułowicz	Patryk
Sikora	Kacper
Skrzypczyk	Tymon
Solarz	Maja
Stafiński	Gabriel
Staszkiwicz	Julia
Sulima	Jakub
Suwała	Justyna
Szafraniec	Bartosz
Talaga	Kacper
Talaga	Igor
Tłustochowicz	Mikołaj
Tomal	Wojciech
Trojanowski	Adam
Wieloch	Małgorzata
Wygoda	Karol
Zaniewski	Jakub
Zieliński	Maksymilian
Znaniewski	Witold
Znaniewski	Jacek
Żurek	Filip

Rosińska	Nina
Rosiński	Feliks
Rychel	Dawid
Ryś	Wiktor
Sawczak	Michał
Skwira	Nikodem
Słota	Karolina
Sonntag	Maks
Sowizdzał	Bartosz
Stachura	Adrian
Stańczuk	Franciszek
Suwała	Barbara
Szewczyk	Maria
Szymła	Agnieszka
Szymła	Zygmunt
Szymła	Jan
Śmierciak	Alicja
Świgoń	Maciej
Tablica	Alicja
Timofeev	Ivan
Trejtowicz	Daria
Warmuz	Aleksandra
Waśniowski	Łukasz
Wesołowska	Patrycja
Wieczerek	Izabela
Wilk	Igor
Winiarski	Adam
Winiarski	Antoni
Wolny	Mikołaj
Zientek	Adam
Zimny	Gabriela
Zimny	Igor

Dodatkowe informacje Paweł Porębski 601443894 pawel@taekwondo.org.pl