

# TOLLASLABDA EDZŐTÁBOR BUDAPESTEN A BÁRCZI GÉZA ÁLTALÁNOS ISKOLÁBAN!

## Az edzőtábor időpontja:

2017. július 10-14. várjuk **napközis** nyári táborunkba a tollaslabda iránt érdeklődő 6-18 éves gyerekeket, hétfőtől péntekig minden nap 9<sup>00</sup> – 16<sup>00</sup>.

**Helyet biztosítani** a szülők által aláírt **jelentkezési lap leadásának** és az **előleg befizetésének sorrendjében** tudunk. A jelentkezésnek nem feltétele a tollaslabda előélet vagy a sport múlt, **kezdők** és haladók **is jöhetnek**. A jelentkezési lap leadása egyúttal a tábori szabályok elfogadását is jelenti. A turnusban **legfeljebb 24 jelentkezőt** tudunk fogadni.

## Az edzések helye:

Bárczi Géza Általános Iskola tornaterme - 1039 Budapest, III. kerület Bárczi Géza u. 2.

## Részvételi díj:

egész hétre: 20 000 Ft / fő / hét

A részvételi díjból és az előlegből visszatéríteni egy vagy több napos hiányzás esetén sem áll módunkban!

A részvételi díj tartalmazza a 3 000 Ft előleget és a tábor összes költségét (foglalkozások, étkezések, tábori póló, ...).

## Jelentkezés:

A táborba helyet foglalni a **kitöltött jelentkezési lap** leadásával és a **3 000 Ft előleg** (szervezési díj) befizetésével lehet **2017. június 20-ig!** Jelentkezni elektronikusan lehet. A jelentkezési lap elküldhető Kiss Alexandra szervezőnek e-mail-ben (tollaslabda.barczy@gmail.com). A tábordíj fennmaradó részének befizetésére és az egészségügyi igazolás leadására a tábor kezdetekor van lehetőség.

## A tábori program:

A napi program **két tollaslabda edzés** köré szerveződik, amely bemelegítést, oktatást, **sok játékot** és levezetést foglal magába. Az ebéd utáni **pihenőidőben** társasjátékok és kötetlen programok biztosítanak lehetőséget a barátkozásra és az aktív pihenésre. Az edzőtáborban minden tevékenység **edzői felügyelet** mellett zajlik.

## Érkezés, távozás:

A tábori program minden nap 9:00-kor kezdődik, ezért kérjük, hogy az **érkezést** mindenki **kb. fél 9-re** (első nap ha lehet még korábban) időzítsse. (8:00-tól már felnőtt felügyelettel várjuk a gyerekeket.) A tábori program minden nap **16:00-ig tart**, de 17:00-ig biztosítjuk a gyerekek felnőtt felügyeletét. A tábor gyerekegyedül csak a szülő előzetes írásbeli jelzése esetén hagyhatja el! Az érkezéssel és a távozással kapcsolatosan a fentiekől való bármilyen eltérés csak a szülő és a táborvezető előzetes személyes megbeszélése és a felelősség tisztázása után lehetséges.

## Étkezés:

A táborban 3 étkezést (tízórai, ebéd, uzsonna) biztosítunk. A sportterhelés miatt ajánlott a bőséges **otthoni reggeli**. (Közvetlenül edzés előtt az étkezést már nem javasoljuk.) Az edzésekre kérjük mindenki hozzon legalább **1,5 – 2 l innivalót** (vagy vízzel feltölthető palackot, kulacsot)! A vacsora a reggelihez hasonlóan otthon történik. Aki a fenti étkezéseken túl igényli, hozhat magával **nem romlandó, nem hűtendő, szennyezést nem okozó** élelmiszert. Ez cél-szerűen kekszet, édességet esetleg gyümölcsöt jelenthet kis mennyiségben.

## Ruházat, felszerelés:

Az edzésekhez **terembe való sportruházat** szükséges. Fontos a **teremcipő**, amely **nem hagy nyomot** a tornaterem talaján és nem azonos az utcai cipővel! **Ennek hiányában a táborban részt venni nem lehet!** A stabilan nem beköt-hető, nyitott cipők (szandál, papucs) az edzőtábori program végrehajtására nem alkalmasak és balesetveszélyesek! Kétség esetén érdemes még a tábor előtt tanácsot kérni. Fontos még, hogy a gyermekek hozzanak magukkal kinti ci-pőt (megfelel az is, amiben érkeznek), hiszen kinti programokat is szervezünk számukra ill. az ebéd külső helyszínen zajlik.

## Egyéb tudnivalók:

A táborban való részvétel feltétele egy **szülői vagy orvosi egészségügyi igazolás**, amelyből kiderül, hogy a gyerek krónikus, sportolást kizáró illetve fertőző betegségben nem szenved. Az egyéb egészségügyi problémákat és odafi-gyelést igénylő veszélyforrásokat és a teendőket (pl. fáradékonyság, gyógyszerszedés, ...) a **jelentkezési lapon** kér-jük feltüntetni. A jelentkezés és a tábor kezdete között felmerülő gondokat kérjük személyesen jelezni.

Reméljük, hogy a fenti információk és óvintézkedések segítenek abban, hogy mindenki számára **élvezetes, hasznos és emlékezetes tábort tudjunk rendezni!**

**Bármilyen további kérdésben tájékoztatás kérhető az alábbi elérhetőségeken:**

**Kiss Alexandra** szervezőtől:

e-mail-ben: tollaslabda.barczy@gmail.com

SMS-ben: 06-20-341-0460

facebook-on: www.facebook.com/Barczy.tollaslabda/

# TOLLASLABDA EDZŐTÁBOR JELENTKEZÉSI LAP BÁRCZI GÉZA ÁLTALÁNOS ISKOLA – 2017.

Kérjük, pontosan és olvashatóan töltsse ki az adatokat és a megadott email címre juttassa vissza a táborvezetőnek. (Az adatokat a táborvezetés bizalmasan kezeli.)

<b>A táborozó gyerek</b>		
neve:	születési éve:	TAJ száma:
e-mail címe (ha van):	mobilszáma (ha hozza a táborba):	

<b>A szülők</b>	
neve:	elérhetőségei (telefonszám, e-mail cím):

<b>A táborozó gyerek</b>	
tollaslabda múltja (hol, mióta, milyen szinten):	egyéb sportmúltja (mit, mennyi ideig, milyen szinten):

<b>Egyéb információk</b>
Az egészségügyi igazolást és az aláírással ellátott papíralapú jelentkezési lapot kérem a <b>tábor első napján</b> a fennmaradó összeggel együtt egy lezárt és aláírással ellátott borítékban a táborvezetőnek <u>személyesen</u> átadni!
<b>étkezéssel kapcsolatos különleges tudnivalók</b> (allergia, érzékenység, odafigyelést igénylő szokás, ...):
<b>tisztálkodással kapcsolatos különleges tudnivalók</b> (kontakt lencse, különleges kellék, odafigyelést igénylő szokás, ...):
<b>egészségügyi tudnivalók</b> (érzékenység, betegség, sérülésveszély, ...):
<b>rendszeresen vagy alkalmilag szedett gyógyszer(ek)</b> (neve, adagolása):
<b>egyéb tudnivalók:</b>

Alulírott kijelentem, hogy a fenti adatlapon minden, az edzőtábor szempontjából fontos információt feltüntettem, a gyerek egyesületének edzőjét az edzőtáborról tájékoztattam:

.....  
szülő aláírása

# EGÉSZSÉGÜGYI IGAZOLÁS

Alulírott ..... kijelentem, hogy ..... nevű  
gyermekem krónikus vagy fertőző betegségben nem szenved, közösségbe korlátozás nélkül  
mehet, sportterhelésnek akadálya nincs. Egészséges.

Egészségi állapota alapján az edzőtáborban részt vehet.

.....

dátum

.....

aláírás