

TOLLASLABDA EDZŐTÁBOROK AZ ÚJPESTI SZIGETI JÓZSEF UTCAI ÁLTALÁNOS ISKOLÁBAN

Az edzőtáborok időpontja:

A nyáron 3 turnusban (2017. június 26-30., július 24-28., augusztus 14-18.) várjuk napközis nyári táborainkba a tollaslabda iránt érdeklődő 8-18 éves gyerekeket, hétfőtől péntekig minden nap 8³⁰ – 16⁰⁰.

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. Egy turnusba **legfeljebb 24 jelentkezőt** tudunk fogadni.

Az edzések helye:

Újpesti Szigeti József Utcai Általános Iskola - 1041 Budapest, Szigeti József u. 1-3.

Részvételi díj:

17 000 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, aláírt jelentkezési lap** leadásával és a **3 000 Ft előleg** (szervezési díj) befizetésével lehet az adott **turnus előtt legalább egy héttel**. Jelentkezni emailben lehet Varga Miklós szervezőnél (varga.miklos@variovision.hu). A tábordíj fennmaradó részének befizetésére, a jelentkezési lap eredetijének 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. Emellett tervezünk **szabadtéri programot** is, ami lehetőséget ad más sportágak és játékok kipróbálására.

Az ebéd utáni **pihenőidőben** társasjátékok és kötetlen programok biztosítanak lehetőséget a barátkozásra és az aktív pihenésre. Az edzőtáborban minden tevékenység a sporttelep területén, **edzői felügyelet** mellett zajlik.

Érkezés, távozás:

A tábori program minden nap 9:00-kor kezdődik, ezért kérjük, hogy az **érkezést** mindenki **kb. reggel 8:30 órára** (első nap, ha lehet, még korábban) időzítsse. A tábori program minden nap **16:00-ig tart**. A tábor gyerekek egyedül 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 célszerűen kekszet, édességet esetleg gyümölcsöt jelenthet kis mennyiségben.

Ruházat, felszerelés:

Az edzésekhez **terem és szabadtéri sportruházat** szükséges. Fontos a **külön teremcipő**, amely a csarnok talaján **nem hagy nyomot** és nem azonos a szabadtéri sportcipővel vagy utcai cipővel! **Ennek hiányában a táborban részt venni nem lehet!** A stabilan nem beköthető, nyitott cipők az edzőtábori program végrehajtására nem alkalmasak és balesetveszélyesek!

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 odafigyelést igénylő veszélyforrásokat és a teendőket (pl. fáradékonyság, gyógyszerszedés, ...) a **jelentkezési lapon** kérjük 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:

Varga Miklós szervezőtől:
varga.miklos@variovision.hu
06 70 365 6033

TOLLASLABDA EDZŐTÁBOR JELENTKEZÉSI LAP ÚJPESTI SZIGETI JÓZSEF UTCAI ÁLT. ISK. - 2017.

Kérjük, pontosan és olvashatóan töltsse ki az adatokat, és egészségügyi igazolással együtt, aláírva, zárt borítékban juttassa vissza a táborvezetőnek. (Az adatokat a táborvezetés bizalmasan kezeli.)

A táborozó gyerek

neve:	születési éve:	TAJ száma:
e-mail címe (ha van):	mobilszáma (ha hozza a táborba):	

A szülők

neve:	elérhetőségei (telefonszám, e-mail cím):
-------	--

A táborozó gyerek

tollaslabda múltja (hol, mióta, milyen szinten):	egyéb sportmúltja (mit, mennyi ideig, milyen szinten):
--	--

Egyéb információk

választott turnus(ok) (jelölje X-szel vagy aláhúzással):						
<input type="checkbox"/> június 26-30.	<input type="checkbox"/> július 24-28.	<input type="checkbox"/> augusztus 14-18.				
tábori póló mérete: Az alábbi táblázat alapján, kérjük, adja meg a megfelelő póló méretet!						
gyerek méretek:	gyXS: (104 cm)	gyS: (116 cm)	gyM: (128 cm)	gyL: (140 cm)	gyXL: (152 cm)	
méret:	feelnőtt méretek:	fS	fM	fL	fXL	fXXL
étkezéssel kapcsolatos különleges tudnivalók (allergia, érzékenység, odafigyelést igénylő szokás, ...):						
tisztálkodással kapcsolatos különleges tudnivalók (kontaktlencse, különleges kellék, odafigyelést igénylő szokás, ...):						
egészségügyi tudnivalók (érzékenység, betegség, sérülésveszély, ...):						
rendszeresen vagy alkalmilag szedett gyógyszer(ek) (neve, adagolása):						
egyéb tudnivalók:						

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

.....
szülő aláírása

ORVOSI IGAZOLÁS

..... krónikus vagy fertőző betegségben nem szenved,
közösségbe korlátozás nélkül mehet, sportterhelésnek akadálya nincs. Egészséges.
Egészségi állapota alapján az edzőtáborban részt vehet.

.....

dátum

.....

aláírás, pecsét