TTSE TOLLASLABDA EDZŐTÁBOR CEGLÉDEN

Az edzőtábor időpontja:

2018. augusztus 12 – 18. napközis és bentlakásos tábor, vasárnaptól szombatig (edzések hétfőtől szombatig)

A táborban részt vehet minden **6-18 éves** gyerek.
Helyet biztosítani az interneten kitöltött elektronikus jelentkezés leadásának **sorrendjében** áll módunkban.
A jelentkezésnek nem feltétele a tollaslabda előélet vagy a sport múlt, **kezdők** és haladók **is jöhetnek**.
A jelentkezés leadása egyúttal a tábori szabályok elfogadását is jelenti. Az egyesületben sportolóktól kérjük, hogy jelentkezés előtt kérjék ki edzőjük véleményét és hozzájárulását a táborban való részvételhez.

Az edzések helye:

Living Sport Tollaslabda Csarnok - Cegléd, Mizsei út

Részvételi díj:

bentlakásos: 48 000 Ft / fő **napközis: 20 000 Ft / fő**
(fizethető készpénzben vagy utalással; további információk a honlapon)

Jelentkezés:

A táborba helyet foglalni kizárólag a **www.tollaslabdatabor.info** honlapról elérhető elektronikus jelentkezési űrlap kitöltésével lehet. (Papíron, e-mail-ben, telefonon, stb. leadott jelentkezést elfogadni nem áll módunkban.) A jelentkezést minden esetben visszaigazoljuk, a „felelős kapcsolattartó”-ként megadott személy (szülő, nagyszülő, edző, …) e-mail címére. A tábordíj befizetésére és az egészségügyi igazolás leadására a tábor kezdetekor van lehetőség.

A tábori program:

A napi program a **két tornatermi tollaslabda edzés** köré szerveződik, amely **teljes körű edzésprogramot** foglal magába: bemelegítés, készségfejlesztés, pályamozgás, ütéstechnika, taktika, játék, levezetés. Emellett minden nap lesz **szabadtéri program**, ami **fizikális fejlesztést** (futás, gimnasztika) és csapatjátékokat jelent. A **pihenőidők** lehetőséget adnak a kötetlen társasági programokra. Az edzőtábor egész napos **edzői felügyelet** mellett zajlik.

Érkezés, távozás:

A **hazajáróknak** a napi program 9-16 óráig tart. Felügyeletet biztosítani 8-17 óráig tudunk. A be- és hazajárásról a szülő gondoskodik. A tábort gyerek egyedül csak a szülő előzetes írásbeli jelzése esetén hagyhatja el!
A **táborban lakók számára** teljes ellátást és egész napos felügyeletet biztosítunk. Az utazással és a szállással kapcsolatos tudnivalókról és lehetőségekről Szűcs Zoltán táborvezetőtől kérhető részletes tájékoztatás.

Étkezés:

A tábordíj **hazajárók részére közös meleg ebédet, a táborban lakóknak teljes ellátást** foglal magában**.** Kérjük a bejárókat, hogy egészségük érdekében reggel az edzések előtti 1 órában már ne étkezzenek. Az edzésekre mindenki hozzon magával vízzel feltölthető palackot, kulacsot (vagy 1,5 – 2 l innivalót)! A közös étkezések mennyiségben és minőségben is megfelelnek az egész napos sportolás követelményeinek. Ezen felül, aki igényli, a helyi boltban vásárolhat (hazajárók hozhatnak otthonról) édességet, szendvicset, stb. ez azonban nem helyettesítheti a közös étkezéseket.

Ruházat, felszerelés:

Az edzésekhez **tornatermi és szabadtéri sportruházat** szükséges (utóbbi időjáráshoz igazodva). Fontos a **külön tornatermi és szabadtéri sportolásra alkalmas cipő**! Ennek hiányában a táborban részt venni nem lehet! A stabilan nem beköthető, nyitott cipők az edzőtábori program végrehajtására nem alkalmasak és balesetveszélyesek! A táborban lakóknak ezen felül minden lehetséges időjárásra felkészülve teljes napi ruházat és szabadidős lábbeli szükséges.

Egyéb tudnivalók:

A táborban való részvétel feltétele egy **egészségügyi igazolás**, amelyből kiderül, hogy a táborozó krónikus, sportolást kizáró illetve fertőző betegségben nem szenved. Az egyéb egészségügyi problémákat és odafigyelést igénylő veszélyforrásokat és a teendőket (pl. fáradékonyság, gyógyszerszedés, …) a **jelentkezési lap** megfelelő rovatában kérjük feltüntetni. A jelentkezés és a tábor között felmerülő gondokat kérjük személyesen jelezni. A sportorvosi igazolás nem helyettesíti a jelentkezési lap alapos kitöltését és a táborvezető tájékoztatását az esetleges veszélyforrásokról.
A jelentkezés után mindenki számára részletes írásos tájékoztatót küldünk az egyéb „helyi tudnivalókról”.

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

Bármilyen további kérdésben Szűcs Zoltán táborvezető edző ad tájékoztatást az alábbi elérhetőségeken:

e-mail: **szucs.zoltan@tollaslabda.info** facebook: **www.facebook.com/szucs.zoltan.bp**
honlap: **www.tollaslabdatabor.info** facebook: **www.facebook.com/tollaslabda.tabor**

szervező: **Talentum Tollaslabda Sportegyesület** elektronikus jelentkezés: **www.tollaslabdatabor.info**