



# SZISZITOLLAS(LABDA) NYÁRI TÁBOR

## Tábori tájékoztató

### Az edzőtábor időpontjai:

- |                          |   |
|--------------------------|---|
| • 2017. július 10-14.    | jelentkezési határidő: 2017. június 30-ig |
| • 2017. július 17-21.    | jelentkezési határidő: 2017. június 30-ig |
| • 2017. augusztus 7-11.  | jelentkezési határidő: 2017. július 30-ig |
| • 2017. augusztus 14-18. | jelentkezési határidő: 2017. július 30-ig |

A fenti időpontokban **hétfőtől péntekig** minden nap **9:00 – 16:00** között várjuk **napközis** nyári táborunkba a tollaslabda iránt érdeklődő **7-18 éves** gyerekeket!

**Helyet biztosítani** a jelentkezési űrlap kitöltésének és az **előleg befizetésének sorrendjében** tudunk. A jelentkezésnek nem feltétele a tollaslabda előélet vagy a sport múlt, **kezdők és haladók is jöhetnek**. A jelentkezési űrlap kitöltése egyúttal a tábori szabályok elfogadását is jelenti. A tábor **legalább 10 jelentkező** esetén kerül megtartásra, és **legfeljebb 20 jelentkezőt** tudunk fogadni.

### Az edzések helye:

Szentendrei Református Gimnázium tornaterme, 2000 Szentendre, Áprily tér 5.

### Részvételi díj:

**Egész hétre:** 25.000,- Ft/fő/hét **egész hétre testvéreknek:** 22.000,- Ft/fő/hét

**Napi díj:** 5.000,- Ft/fő/nap

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

A részvételi díj tartalmazza az 5.000,- Ft előleget és a tábor összes költségét (foglalkozások, labdák, étkezések, tábori póló).

### Jelentkezés:

A táborba helyet foglalni a **jelentkezési kérdőív** kitöltésével, és **5 000 Ft előleg** (szervezési díj) megfizetésével lehet a jelentkezési határidő végéig!

### A tábori program:

A napi program **két tollaslabda edzés** köré szerveződik, amely bemelegítést, oktatást, sok játékot és gyakorlást, illetve 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. 8:45-re** időzítsse.

A tábori program minden nap **16:00-ig tart**, a gyerekek felnőtt felügyeletét maximum 16:15-ig biztosítjuk.

A tábor a gyerek egyedül csak a szülő előzetes írásbeli jelzése esetén hagyhatja el! Az érkezéssel és a távozással kapcsolatosan a fentiektől 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. Részétkezésre nincs lehetőség.

A sportterhelés miatt ajánlott a bőséges **otthoni reggeli**.

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 **terembe való sportruházat** szükséges. Fontos a **teremcipő**, amely **nem hagy nyomot** a csarnok talaján és nem azonos az utcai cipővel! **Hiányában, a táborban részt venni nem lehet!** A stabilan nem beköthető, nyitott cipők (szandál, papucs) az edzőtábori program végrehajtására nem alkalmasak és balesetveszélyesek! Kétség esetén érdemes még a tábor előtt tanácsot kérni.

**Egyéb tudnivalók:**

A táborban való részvétel feltétele egy **a gyermek megfelelő egészségi állapotáról szóló szülői nyilatkozat megtétele legkésőbb a tábor első napján**.

Az egyéb egészségügyi problémákat és odafigyelést igénylő veszélyforrásokat és a teendőket (pl. fáradékonyság, gyógyszeresedés,) a **jelentkezési lapon** kérjük feltüntetni.

A jelentkezés és a tábor kezdete között felmerülő gondokat kérjük személyesen jelezni.

A tábor ideje alatt az iskola kültéri részén építkezés lesz, ami a tábori programot nem fogja befolyásolni, mert mi a nap nagy részét a tornateremben töltjük.

Azonban felhívom a szülők figyelmét, hogy érkezéskor és távozáskor legyenek óvatosak és körültekintőek, annak ellenére, hogy az építkezési terület el lesz kerítve!

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:**

**Ecsegi Szilvia** szervezőtől

E-mail: sziszitollas@gmail.com

Mobil: +36-20/97-27-311

Honlap: [www.sziszitollas.hu](http://www.sziszitollas.hu)

Facebook: <https://www.facebook.com/Sziszitollas-Szentendre-Tollas>