



SZISZITOLLAS(LABDA) NYÁRI TÁBOR

Tábori tájékoztató

Az edzőtábor időpontjai:

- **2018. július 9-13.** jelentkezési határidő: **2018. június 25-ig**
- **2018. július 23-27.** jelentkezési határidő: **2018. július 9-ig**
- **2018. augusztus 6-10.** jelentkezési határidő: **2018. július 23-ig**

A fenti időpontokban **hétfőtől péntekig** minden nap **8:00 – 16:00** között várjuk **napközis** nyári táborunkba a tollaslabda iránt érdeklődő **7-18 éves** gyerekeket!

Helyet biztosítani a jelentkezési **úrlap 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 úrlap 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: 6.000,- 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!

(<http://sziszitollas.hu/sziszitollaslabdatabor/jelentkezesilap>)

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 8:30-kor kezdődik, ezért kérjük, hogy az **érkezést** mindenki **kb. 8:00-ra** időzíttse.

A tábori program minden nap **16:00-ig tart**, a gyerekek felnőtt felügyeletét maximum 16:30-ig biztosítjuk.

A táborat 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.**

(<http://sziszitollas.hu/sziszitollaslabdatabor/nyilatkozat>)

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

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

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

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