

XXV LETNI OBÓZ OYAMA KARATE - OSOWIEC'2016

Zarząd Śląskiego Klubu Karate „Goliat” zaprasza na obóz sportowy do Osowca nad pięknym Jeziorem Srebrnym (koło Turawy woj. opolskie).

Termin obozu: - 26.06 (Niedziela) – 04.07.2016r. (9 – dni)

Miejsce: wydzierżawiony od Nadleśnictwa kwartał lasu z płytkim jeziorkiem, w odległości ok.100m od Jeziora Srebrnego. Jezioro posiada piaszczystą plażę.

Noclegi: zakwaterowanie w namiotach wojskowych (łóżeczka polowe)

)Śpiwory lub pościel, koce oraz karimaty uczestnicy obozu zabezpieczają sobie we własnym zakresie **(względny sanitarny)*

Wyżywienie: codziennie pełne wyżywienie o podwyższonej normie kalorycznej dla sportowców.

Przejazd: Licencjonowany Autokar - dowóz na miejsce i powrót .

Program: Obóz rekreacyjno - szkoleniowy.

Treningi specjalistyczne 1-2 razy dziennie w zależności od pogody. Nauka nowego materiału, taktyka walki w knockdown karate, full kontakt karate, nauka nowych Kata, samoobrona, nauka posługiwania się tonfą, kijem, nunchaku, nauka elementów aikido, judo, ju-jitsu, kąpiele wodne i słoneczne, gry i zawody w piłkę siatkową, plażową i nożną (boiska), ogniska, gry i zabawy zespołowe, dyskoteki, kino obozowe, całodobowa opieka wychowawcza, **egzamin** na kolejne stopnie do 2s kyu włącznie (opłata egzaminacyjna **NIE** jest wliczona w cenę obozu !). Ubezpieczenie uczestników obozu.

Zabezpieczenia sanitarno-techniczne: Zabezpieczamy toalety ekologiczne, posiadamy agregat prądotwórczy, natrysk polowy, zlewozmywak polowy, aparatura nagłaśniająca. Całodobowa opieka medyczna, opieka ratownika WOPR.

Zapisy: Zgłoszenie uczestnictwa w obozie rekreacyjno - szkoleniowym należy zgłosić do instruktora prowadzącego **do dnia 20 maja 2016r** lub na e-mail Klubu. Wraz ze zgłoszeniem uczestnik zobowiązany jest wpłacić u instruktora prowadzącego zaliczkę. W przypadku rezygnacji uczestnika z wyjazdu **po 20 maja 2016r.** wpłacona wcześniej zaliczka przepada. Pozostałą kwotę należy wpłacić instruktorowi lub na konto **do dnia 06 czerwca 2016r.**

Ilość miejsc ograniczona.

Bliższych informacji udziela Prezes Klubu mgr inż. Jerzy Walaszczyk **Tel: 032 / 2597 -112**

ZAPRASZAMY OSU!

Adres do korespondencji: Śląski Klub Karate „Goliat”, 40-007 Katowice, Ul.Uniwersytecka 12/84

Nr konta bankowego: B.ŚL S.A. O/K-CE , Nr. 32 1050 1214 1000 0007 0006 1724

e-mail: karategoliat@poczta.fm www.karategoliat.pl