

Szkoła Karate –Do Fighter Mariusz Siebert
Sucholeskie Stowarzyszenie Sportowe „Fighter”
Swarzędzki Klub Karate-Do „Fighter”
AZS Fighter Poznań



ZAPRASZAJĄ
NA ZIMOWY OBÓZ SPORTOWY TG SOKÓŁ

TERMIN: I tydzień ferii zimowych – **27.01. - 02.02.2020r.**

MIEJCE: Zwierzyniec – Zatom Nowy k/Sierakowa Wlkp. położony w sercu Puszczy Noteckiej posiadającej korzystny mikroklimat i wiele atrakcji rekreacyjnych.

W swoich progach będzie gościło nas **Gospodarstwo Agroturystyczne „Żurawiniec”**
<http://www.zurawiniec.pl/>

- ✓ pokoje 5-7 -osobowe, c.o., pelen węzeł sanitarny, dostępne jest 40 miejsc dla osób chętnych,
- ✓ jadalnia, świetlica z kominkiem, pełniąca także funkcję salki telewizyjnej,
- ✓ tenis stołowy, piłkarzyki, bilard, salka sportowa, sala z lustrami do ćwiczeń,
- ✓ wiaty i wyznaczone miejsce na ognisko, wigwam, boisko do piłki nożnej, siatkowej,

Zapewniamy przejazd autobusem oraz na miejscu pełne wyżywienie (cztery posiłki dziennie).

W programie obozu m.in.:

- ✓ **treningi karate** trzy razy dziennie obejmujące:
styl japoński shotokan, pierwotny okinawski shorin-ryu, kobudo oraz samoobrona
- ✓ **zajęcia teoretyczne**- wykłady z zakresu historii Azji sztuk walki, zasady, ceremoniał dojo, pierwsza pomoc przed medyczna, zajęcia z kaligrafii japońskiej, zasady savoir vivre,
- ✓ **skauting** - elementy pionierki i topografii, gry terenowe
- ✓ **zajęcia taneczne**
- ✓ **szermierka** – turniej
- ✓ **strzelectwo**



Poza zajęciami specjalistycznym związanymi ze specyfiką obozu przygotowane zostaną liczne zajęcia sportowe i rekreacyjne w oparciu o bazę ośrodka i naturalne warunki terenowe i pogodowe. Organizowane będą mecze, gry i zabawy sportowe, konkursy, rozgrywki z nagrodami, ognisko, dyskoteki, projekcje filmów.

- ✓ **Na zakończenie obozu odbędzie się Zimowy Turniej Karate „Fighter Cup”.**
- ✓ **Egzamin na kolejny stopień kyu.**
- ✓ **Wszyscy otrzymają certyfikaty z seminarium karate oraz Obozu Sokoła**

Wszyscy uczestnicy Letniego Obozu Sportowego – (zgrupowania sportowego) będą jednocześnie uczestnikami Seminarium Karate prowadzonego przez SHIHAN MARIUSZA SIEBERTA (trener I kl, prawnik i pedagog, terapeuta zajęciowy, jeden z czterech trenerów w Polsce Międzynarodowego programu Erasmus + Karate Sport At School dla Szkół Podstawowych nauczania kl. 1-3, VI Dan Karate Shotokan, II Dan Karate Shorin Ryu i Kobudo, IV Dan Modern Combat Jujitsu,

Trener Koordynator Akademickiej Kadry Polski, Nauczyciel Akademicki, wykładowca Wyższej Szkoły Bezpieczeństwa w Poznaniu, Uniwersytet Ekonomiczny, związany z Akademią Obrony Narodowej w Warszawie, Medalista Mistrzostw Świata, Europy i Polski w Karate Shotokan, Prezes Wielkopolskiego Związku Karate Olimpijskiego, Członek Zarządu Polskiego Związku Karate , Rzecznik i Członek Zarządu Krajowego Związku Oficerów Rezerwy im M. J. Piłsudskiego , Pełnomocnik Prezydenta Unii Wielkopolan

CENA OBOZU

- ✓ 1 200 zł (tysiąc dwieście złotych)

**WPLATY prosimy dokonywać na poniższy rachunek bankowy:
Swarzędzki Klub Karate-do FIGHTER, Bank Zachodni WBK S.A.**

- ✓ 98 1090 1450 0000 0001 0153 1592

DODATKOWE INFORMACJE:

- ✓ Jeżeli jesteś zdecydowany lub zainteresowany naszą ofertą, nie czekaj- zadzwoń lub napisz:
Mariusz Siebert
E-mail: mariusz.siebert@gmail.com
Tel. 695-444-416 lub 608-331-944

**Mam nadzieje, że zobaczymy się na obozie!
Zapraszam i załączam sportowe pozdrowienia!
Mariusz Siebert**