

FIGHTER

Szkoła Karate-do Mariusza Sieberta,
Sucholeskie Stowarzyszenie Sportowe
Swarzędzki Klub Karate-do
AZS POZNAŃ



ZAPRASZAJĄ LETNI OBÓZ SPORTOWY TG SOKÓŁ

TERMIN: **I - turnus – 01.08. – 10.08.2020r (10 dni)**
II- turnus – 10.08. - 16.08.2020 r. (7 dni)

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,
- ✓ 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, koszykowej
- ✓ boisko do paintbola, strzelnica pneumatyczna,
- ✓ jezioro w pobliżu
- ✓ stadnina koni (nauka jazdy konnej)
- ✓ kuźnica artystyczna (warsztaty z gliny, wikliniarstwo)

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

W programie obozu m.in.:

- ✓ **treningi karate** trzy razy dziennie obejmujące:
program Erasmus + Karate Sport At School
karate sportowe olimpijskie
Letni Turniej Karate JUNIOR FIGHTER CUP
styl japoński shotokan, pierwotny okinawski
shorin-ryu, kobudo oraz elementy samoobrony modern combat,
- ✓ **Warsztaty artystyczne**
- ✓ **Program TG SOKÓŁ** (elementy survivalu, pionierka , topografia, samarytanka- I-sza pomoc przedmedyczna, terenoznawstwo, gry i zabawy terenowe, bieg na orientację, paintbol , strzelectwo, szermierka, jazda konna- Pięciobój Nowoczesny SOKÓŁ CUP)
- ✓ **zajęcia teoretyczne-** wykłady z zakresu historii sztuk walk, zasady, ceremoniały dojo, kaligrafia



- ✓ japońska
- ✓ profilaktyka społeczno-prewencyjna
- ✓ dodatkowa w tym roku nauka gry w szachy

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 Letni Turniej Karate „JUNIOR FIGHTER CUP”.
- ✓ Pięciobój Nowoczesny „SOKÓŁ CUP”
- ✓ Dla chętnych egzamin na kolejny stopień kyu.

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

- ✓ I -szy turnus 01.08.2020r. - 1500 zł
- ✓ II- gi turnus 10.08.2020r. - 1300 zł

WPLATY prosimy dokonywać na poniższy rachunek bankowy:

Swarzędzki Klub Karate-do FIGHTER,

- **Nr, konta 98 1090 1450 0000 0001 0153 1592 I- szy turnus**
- **Nr. konta 50 1090 1463 0000 0001 0604 2053 II –gi turnus**

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 nadzieję, że zobaczymy się na obozie!
Zapraszam i załączam sportowe pozdrowienia!

SHIHAN Mariusz Siebert