



Obóz taneczny
ADeeM Summer Camp 2019
REGULAMIN i WARUNKI UCZESTNICTWA

- I. Uczestnik zobowiązany jest stosować się do regulaminu obozu (ośrodka, gdzie organizowane jest szkolenie) oraz do poleceń opiekunów.
- II. Uczestnik zobowiązany jest zabrać ze sobą odpowiedni dowód osobisty, legitymację.
- III. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za sprzęt elektroniczny, sportowy, rzeczy wartościowe oraz rzeczy pozostawione przez uczestników podczas pobytu.
- IV. W przypadku palenia tytoniu, używania narkotyków, spożywania alkoholu, dewastacji mienia ośrodka lub poważnego naruszenia reguł obozu - uczestnik zostanie wydalony z placówki na koszt rodziców (opiekunów).
- V. Rodzice uczestnika zobowiązują się do poniesienia odpowiedzialności i kosztów za szkody wyrządzone przez uczestnika podczas pobytu na obozie.
- VI. Wyjazd dn. 05.08. o godz. 9:30 parking przy basenie.
- VII. Powrót dn. 11.08. około godz. 14:00 Ośrodek Wczasowy u Zbójnika, Murzasichle ul. Sadelska 33a.

INFORMACJA DLA RODZICÓW

1. Wyjazd 05.08. godz. 9:30
2. Pierwsze zajęcia o godz. 14:00.
3. Ognisko 07.08.
4. Ostatnie zajęcia 11.08. o godz. 9:00.
5. Powrót uczestników około godz. 14.00.
6. Cena 1 250,00zł.

PROGRAM OBOZU:

1. Rano: rozgrzewka (BIEGANIE I GIMNASTYKA) 30min.
2. Zajęcia grupowe (75min.).
3. Czas wolny (gry, zabawy - do dyspozycji: boisko do piłki siatkowej i nożnej, kort tenisowy, stół do tenisa stołowego, siłownia, basen).
4. Obiad. Czas wolny.
5. Zajęcia grupowe (75min.)
6. Kolacja.
7. Practice (60min).
8. Stretching (30 min)

PODSTAWOWE WYPOSAŻENIE NA OBÓZ TANECZNY

1. MAŚC PRZECIWBÓŁOWA, ZESTAW PIASTRÓW NA OTARCIA, ODCISKI, OPASKA ELASTYCZNA NA KOSTKĘ I KOLANO.
2. MINIMUM 10 KOSZULEK, 10 PAR SKARPETEK
3. DOKUMENT TOŻSAMOŚCI, NR PESEL.
4. KLAPKI, OBUWIE SPORTOWE, NAKOLANNIKI, CIĘŻARKI, NAKOLANNIKI itp
5. Odzież sportowa, strój kąpielowy
6. Gry planszowe, rakiетки do tenisa, piłeczki.
7. Stroje na pokazy

**PROJEKT WSPÓLFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW MIASTA
NOWY SĄCZ**

