



LETNI SPORTOWY OBÓZ TAEKWON-DO - ZWIERZYNIEC 2015-

1. ORGANIZATOR:

- Lubelska Szkoła Taekwon-do.

2. MIEJSCE ZAKWATEROWANIA:

- Internat Zespołu Szkół Drzewnych i Ochrony Środowiska im. Jana Zamoyskiego w Zwierzyńcu.
- Pokoje 2,3, 4 i 5 osobowe ze wspólnym węzłem sanitarnym.
- Stołówka, nowoczesna sala gimnastyczna, siłownia, boiska do gier zespołowych na miejscu.
- Okolicę obozu stanowi ciche, bezpieczne, kameralne miasteczko - połączenie nieskażonej przyrody z cywilizacyjnymi udogodnieniami takimi jak sklepy, stragany, obiekty małej gastronomii, restauracje.

3. TERMIN OBOZU:

- 14.07.2015 r.** (wtorek) - wyjazd autokarem z Dworca Gł. PKP w Lublinie o godz. **11.30**.
- 26.07.2015 r.** (niedziela) - powrót autokarem do Lublina na Dworzec Gł. PKP o godz. **11.30**.

4. KADRA INSTRUKTORSKA:

- VI dan instruktor międzynarodowy **Sławomir Gruszczyński**
- IV dan instruktor międzynarodowy **Jarosław Bigos**
- IV dan instruktor międzynarodowy **Ewa Gruszczyńska**
- III dan instruktor krajowy **Zbigniew Stola**
- III dan instruktor krajowy **Izabela Grodzicka**
- III dan instruktor krajowy **Maciej Ługowski**
- Nad uczestnikami czuwać będą także: lekarz, pielęgniarka oraz ratownicy WOPR.

5. ZAJĘCIA PROGRAMOWE:

- Dwa treningi dziennie w grupach plus jeden indywidualny. Rozbudowany program hosing sul (samoobrona).
- Do dyspozycji: siłownia (od lat 14).
- Trzeci dodatkowy egzamin w roku (do III dan włącznie).
- Zajęcia KO, rozgrywki w grach zespołowych.
- Ogniska (pieczenie kiełbasy, pizza).
- Konkursy z cennymi nagrodami.
- Kąpiele w Stawach Echo.
- Spływ kajakowy źródłowym odcinkiem rzeki Wieprz (ok. 10 km).
- Wycieczka szynobusem do zoo w Zamościu.
- Zwiedzanie Muzeum Przyrody.
- Wycieczki po Roztoczańskim Parku Narodowym.
- Każdy uczestnik na zakończenie obozu otrzyma pamiątkowy, oryginalny koreański certyfikat z faxymilą podpisu twórcy taekwon-do IX dan gen. Choi Hong Hi (+) oraz oryginalnym podpisem wiceprezydenta ITF IX dan prof. Hwang Ho Yong.

6. KOSZTY UCZESTNICTWA:

Całkowity koszt obozu wynosi **1090 zł.** (jeden tysiąc dziewięćdziesiąt). Suma ta obejmuje:

- Zakwaterowanie z całodziennym wyżywieniem.
- Zajęcia programowe.
- Opiekę pedagogiczną, lekarską i ratowniczą WOPR.
- Przejazdy autokarem na trasie Lublin – Zwierzyniec - Lublin.

7. WARUNKI UCZESTNICTWA:

- Posiadanie stopnia taekwon-do minimum 9 cup,
- Dostarczenie wypełnionej **karty uczestnika** oraz wpłacenie zaliczki w wysokości **290 zł.** (dwieście dziewięćdziesiąt) swojemu instruktorowi klubowemu w terminie do dnia **15.05.2015 r.**
- Wpłacenie pozostałej części kwoty na konto organizatora (podane wyżej), nie później niż do **01.07.2015 r.** lub gotówką w dniu przyjazdu na obóz.

8. INFORMACJE DODATKOWE:

- Uczestnicy mogą ubiegać się o dofinansowanie z funduszu socjalnego zakładu pracy rodziców.

ZAPRASZAMY !