

Milí rodičia, pripravili sme 3- dňový denný tábor pre malých lyžiarov



Pre všetky deti, ktoré rady lyžujú ponúkame špeciálny denný tábor v Bratislave so zameraním na športové aktivity, ktoré súvisia s tréňovaním lyžovania.

Súčasťou športového programu je:

- individuálny tréning na Ski Simulátore
- skupinové indoor a outdoor tréningy
- a doplnkové aktivity
 - bicyklovanie
 - kolieskové korčuľovanie
 - Wake Lake

Termín

31.8.-2.9.2023



- O deti sa postaráme vždy od 08:30 do 17:30
- Príchod a odchod detí je v SKI CENTRE BRATISLAVA vo Vlčom hrdle
- Pod dohľadom ich majú skúsení pedagógovia s dlhoročnými skúsenosťami s prácou s deťmi
- Deti dostanú desiatu, obed a olovrant . Obеды budú zabezpečené v blízkom penzióne Jarka
- **CENA: 330,- EUR / na dieťa**
- **Deti organizované v ZSL platia 297,- EUR (zľava 10 %)**
- Rezervácia prázdninových pobytov : do 15.8.2023
- Záloha: 25 % pri objednávke
- Storno: záloha sa vracia len pri lekárskom ateste o chorobe
- Vyúčtovanie: po ukončení sústredenia
- Platba na faktúru: prevodom na bankový účet

Denný rozvrh činností

Denný tábor je koncipovaný pre 4 až 8 detí od 8 rokov

	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
1. Deň	8:30 Príchod	SKI GYM	SIMU- LATOR	SIMU- LATOR	Obed Penzión Jarka	Outdoor Bike	Outdoor Bike	Olovrant	SKI GYM	17:30 Odchod
2. Deň	8:30 Príchod	SKI GYM	SIMU- LATOR	SIMU- LATOR	Obed Penzión Jarka	Outdoor Wake Lake	Outdoor Wake Lake	Olovrant	SKI GYM	17:30 Odchod
3. Deň	8:30 Príchod	SKI GYM	SIMU- LATOR	SIMU- LATOR	Obed Penzión Jarka	Outdoor Skate	Outdoor Skate	Olovrant	SKI GYM	17:30 Odchod

Časový plán pre 4 deti

Cena je konečná

	POLOŽKA	Rozpis	Detaily	Tréner
1	Celodenná starostlivosť	9 hodín	08:30 -17:30	
2	Stravovanie	Desiata, obed, olovrant	Obedy v: https://penzionjarka.sk/	
3	Ski Simulátor	90 minút	Individuálny tréning	Zuzana Rázusová
4	Ski Gymnastika	Balančný tréning	Skupinový tréning	Zuzana Rázusová
5	Ski Gymnastika	Frekvenčný tréning	Skupinový tréning	Adam Lások
6	Ski Gymnastika		Skupinový tréning	Igor Bugár
7	Bicyklovanie		Skupinový tréning	Igor Bugár
8	Kolečkové korčule		Skupinový tréning	Zuzana Rázusová
9	Wake Lake	60 min + výstroj	https://wakelake.sk/	Igor Bugár

- V tabuľke sú uvedené položky, ktoré sú zahrnuté v cene
- Na športové aktivity je treba priniest vlastné lyžiarky, bicykle, kolieskové korčule a športové oblečenie
- Ak ich nemáte, lyžiarky a bicykle Vám radi vypožičajú v predajni Najšport na Galvaniho 2/A

Naši tréneri



Igor Bugár, abs. FTVŠ



PeaDr. Zuzana Rázusová, PhD
Vedúca tímu



Adam Lasok, tréner

SKI CENTRUM BRATISLAVA
Vlčie hrdlo 1037/73
821 07 Bratislava

Tel.: 0944- 726 233, mail: info@ski-centrum-bratislava.sk, www.ski-centrum-bratislava.sk