

3- dňový denný tábor pre pretekárov



Denný tábor pre bratislavské deti
3 - dňový, denne od 08:30 do 16:30

Ski simulátor 90 min
Kondičný tréning

**Wake Lake,
Bicykle**
Kolieskové korčule

Obedy a občerstvenie

Pre mladých pretekárov ponúkame intenzívny tréning formou denného tábora v Bratislave

Súčasťou športového programu je:

- individuálny tréning na Ski Simulátore
- skupinové indoor a outdoor tréningy
- doplnkové aktivity
 - bicyklovanie
 - kolieskové korčuľovanie
 - gymnastika
 - atletika
 - balance na vode

Náš denný tábor pre pretekárov



- O deti sa postaráme vždy od 08:30 do 16:30
- Príchod a odchod detí je v SKI CENTRE BRATISLAVA vo Vlčom hrdle 1037/73, 821 07 Bratislava
- Pod dohľadom ich majú skúsení pedagógovia a tréneri s dlhoročnými skúsenosťami s prácou s deťmi
- Deti dostanú desiatu, obed a olovrant .
- **CENA: 297,- EUR / na dieťa**
- Rezervácia prázdninových pobytov :
- Záloha: 50 % pri potvrdení objednávky
- Platba: 15 dní pred termínom DT

V cene je zahrnutých:



- 90 min tréningu na Ski Simulátore
- Fitness tréning
- Atletický tréning
- Skákanie na trampolínach a gymnastika
- Kolieskové korčule
- Vodný šport - paddeln
- Badminton
- Obed a občerstvenie

Denný rozvrh činností

Denný tábor je koncipovaný pre 4 detí od 7 rokov

	09-10	10-11	11-12	12-13	13-14	14-15	15-16	16-17
1.deň		SKI SIM	SKI SIM		Atletika			
		Kruhový tréning						
2.deň		SKI SIM	SKI SIM		Korčule			
		Balančný tréning						
3.deň		SKI SIM	SKI SIM		Gymnastika			
		Frekvenčný tréning						

Na športové aktivity je treba priniesť vlastné lyžiarky, helmy, bicykle, kolieskové korčule a športové oblečenie . Ak ich nemáte, lyžiarky a bicykle Vám radi vypožičajú v napr. v predajni Najšport.