

move
CAMP



WINTER MOVE CAMP **2022** **KARPACZ**

29.01.2022 - 05.02.2022



Cena:
1920 zł



PROGRAM:



DZIEŃ 1 - Sobota

- Wyjazd autokarem
- Przyjazd na kolację, spotkanie organizacyjne, zapoznanie z regulaminami, przygotowanie lub wypożyczenie sprzętu narciarskiego
- Spacer - poznanie ośrodka narciarskiego, miasteczka

DZIEŃ 2-7 - Niedziela - Piątek



- 08:00 - śniadanie
- 09:30 - 13:30 - transfer na stok i szkolenie narciarskie/ snowboardowe 4 godziny (1 dzień zawody narciarskie i snowboardowe)
- 14:00 - obiad
- 15:30-19:00 - zajęcia popołudniowe (narty biegowe, wycieczki, animacje)
- 19:00 - kolacja
- 20:00 - 21:00 - animacje, video coaching, disco, ognisko, kino

DZIEŃ 8 - Sobota

- Zakończenie obozu, wyjazd (prowiant na drogę)

*** Program może ulec zmianie w zależności od warunków atmosferycznych**



Dzieci szkolimy na obozie na następujących poziomach:

NARTY



- 0 nigdy nie jeździłem na nartach, nie miałem styczności ze sprzętem narciarskim,
- 1 umie jeździć na wprost, hamować pługiem, skręcać łukami płużnymi, podchodzić schodkowaniem,
- 2 umie jeździć równolegle, skręcać z półpługu, podchodzić schodkowaniem, podchodzić w rozkroku, hamować pługiem,
- 3 umie jeździć równolegle, skręcać równolegle, podchodzić schodkowo oraz rozkrokiem, hamować skrętem stop (równolegle)

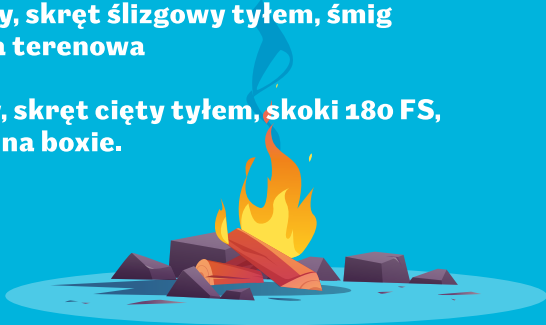


SNOWBOARD

- 1 ześlizg prosty i skośny z zatrzymaniem, jazda w skos stoku, jazda wyciągiem, skręt ślizgowy rotacyjny, półobrót i obrót płaski.
- 2 skok prosty, skręt ślizgowy, skręt ślizgowy tyłem, śmig ślizgowy, skręt cięty, jazda terenowa
- 3 skręt cięty NW, śmig cięty, skręt cięty tyłem, skoki 180 FS, skok z grabem, boardslide na boxie.



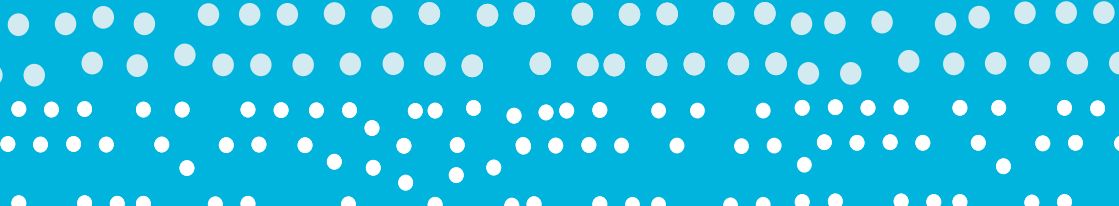
ATRAKCJE:



Atrakcje na obozie, które zapewniamy to:

- Jazda na nartach lub snowboardzie
- Zajęcia ogólnorozwojowe z ukierunkowaniem na narciarstwo
- Ognisko z pieczeniem kiełbasek
- Konkursy z nagrodami
- Wieczorne kino
- Zawody narciarskie z nagrodami
- Wieczór z grami planszowymi
- Wycieczka





CENA ZAWIERA:

- 
- zakwaterowanie w ośrodku - 7 dni,
 - wyżywienie FB (3 posiłki i podwieczorek),
 - ubezpieczenie NNW,
 - zajęcia zawarte w programie,
 - opiekę kadry wychowawczej i instruktorskiej,
 - zawody narciarskie z nagrodami,
 - szkolenie z instruktorem,
 - przejazd autokarem z Warszawy

CENA NIE ZAWIERA:



- wypożyczenie sprzętu narciarskiego/snowboardowego (250zł komplet)
- karnet narciarski (450 zł – 6 dni)
- wydatków własnych



SZCZEGÓŁOWE INFORMACJE:

www.movecamp.pl

obozymovecamp@gmail.com

tel: 533 895 499



www.facebook.com/SwimSchoolMoveCamp/