



HALLOWEEN KARATE

EDZŐTÁBOR

2018.10.29 - 11.01.

*Őszi szünetben tartunk egy 4 napos edzőtábort,
amit egy HALLOWEEN bulival fogunk összekötni!!*

Október 29. hétfő

- 7.45-8.00 találkozó a BVSC-karate terem előtt
- Terem berendezés, díszítés (Halloweenosra☺)
- 8.30 -9.30 edzés
- 10.30 - ra elmegyünk moziba (Sugárba)
- majd ebédelünk az új BVSC Bisztróban,
- ebéd utáni pihenés
- 15.30 - 17.00 edzés
- 17.30 Vacsi
- és Halloween party-zunk (táncolunk) és a karate teremben alszunk hálósákokban.



Október 30. Kedd

- 8.00 reggeli – amit csomagoltok
- 9.00 -10.30 és 11.00 - 12.30 edzés
- majd ebédelünk 13.00 az új BVSC Bisztróban,
- ebéd utáni pihenés
- 15.30 - 17.00 edzés
- Távozás 17.00 - 17.15



Október 31. Szerda

- 7.45 - 8.00 találkozó a BVSC-karate terem előtt
- 8.30 - 10.00 edzés
- 10.30 - 12.00 fürdőzés, pancsolás a meleg vízben a BVSC uszodában
- 12.30 közös ebédelés
- ebéd utáni pihenés
- 15.00 - 16.30 edzés
- Távozás 17.00 - 17.15



November 1 csütörtök

- 7.45 -8.00 találkozó a BVSC-karate terem előtt
- 9.00 – 11.00 edzés
- Távozás 11.00 – 11.15

Vigyázók: Réka, Leó Sensei, Imi, Zsuzsi Sempai és Én Zsuzsa Sensei. – úgyhogy rend lesz ☺

INFÓK :

A táborban csak ebédet adunk a gyerekeknek illetve hétfő este vacsorát

– reggelit és uzsonnát csomagoljatok nekik, ki mit szeret ☺

(2-3 zsemle, csoki gyümölcs, innivaló)

Felszerelés hétfő-keddre :

Karate ruha, védőfelszerelés, egyesületi pólók, melegítő, hálósák-párna, hosszú ujjú pizsama, törülköző, neszeszer, alsónemű, zokni.

- Moziba egyesületi melegítőben megyünk, hogy könnyebben „felismerjük” őket, akinek nincs az ne abba jöjjön ☺

Felszerelés szerda-csütörtökre :

- Karate ruha, védőfelszerelés, egyesületi pólók, melegítő, úszócucc, úszósapka kötelező, törülköző, neszeszer, papucs.

Költségek: 16.000 Ft a négy nap – ebből a BVSC-és versenyzőknek 6000 Ft a támogatása.

Mit tartalmaz az ár: Étkezés, fürdés, mozi, edzés, alvás mindenestül.

– amit nem tartalmaz 2db vonaljegyét és a moziban büfére költhető zsebpénzt (max 1500).

