

SPORTOWE WAKACJE 2014

Informacja dla rodziców

Zakwaterowanie i wyżywienie:

Internat Zespołu Szkół im. Wincenta Witosa, 34-200 Sucha Beskidzka ul. Spółdzielców 1

Termin zgrupowania – 17 – 27 sierpnia 2014

- przyjazd (na koszt własny) i zakwaterowanie uczestników 17 VIII 2014 w godz. 16⁰⁰ - 17⁰⁰
- wyżywienie od kolacji 17/8/2014
- zakończenie obiadem w dniu 27/8/2014
- wykwaterowanie po obiedzie 27/8/2014, około godz. 13⁰⁰

Zajęcia treningowe:

Pływalnia, sala gimnastyczna, boisko sportowe, teren przyległy.

Program szkolenia:

- doskonalenie techniki pływania wszystkich stylów oraz techniki startów i nawrotów (treningi na pływalni 2 x dziennie po 1,5h)
- kształtowanie podstawowych cech motorycznych (w sali, na boisku i w terenie)
- filmowanie własnej techniki pływania oraz ćwiczeń doskonalących technikę wszystkich stylów.
- Zajęcia prowadzą trenerzy posiadający licencję Polskiego Związku Pływackiego, na co dzień pracujący w klubach i szkołach sportowych na terenie Małopolski.

Zgrupowanie zostało zarejestrowane w Małopolskim Kuratorium Oświaty pod nr

ML/1659/20140805

Uczestnicy zgrupowania objeci są ubezpieczeniem NNW