

**OBÓZ PIŁKARSKI
STACJONARNY /półkolonia/****Miejsce:****Łomianki ICDS u. Staszica 2 / wejście od Warszawskiej /****I. Turnus : 20- 24.07.2026****Plan dnia : 8.00 - 9.00 przybycie /zajęcia teoretyczne – rozruch****9.00-10.30 I trening / gry, technika, taktyka, sprawność wszechstronna/****10.45-11.15 II ŚNIADANIE****12.00-13.00 basen****13.30-14.00 OBIAD****14.30-16.00 II trening / gry, technika, taktyka, sprawność wszechstronna/****16.00-17.00 podwieczorek- odbiór przez rodziców**

Przynosimy : przybory toaletowe, ręcznik , dresy, ubiór treningowy / w tym getry, buty na sztuczną nawierzchnię, ochraniacze / - ubiór na basen, klapki, okulary , czepek, **piłkę do treningu** , **BIDON** na wodę !

Na koniec dnia rzeczy zabieramy do domu.

Kartę obozową przynosimy pierwszego dnia i oddajemy trenerowi.

Janusz Domaradzki
602193575