

**OBÓZ PIŁKARSKI
STACJONARNY /półkolonia/****Miejsce:**

**Łomianki ICDS u. Staszica 2 / wejście od Warszawskiej /
Warszawa –Żoliborz ul. Mściławska 1 1/SP nr 65/**

- I. Turnus : 10- 14.08.2020**
- II. Turnus : 17-21.08.2020**
- II. Turnus: 24-28.08.2020**

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 podwieczerek- 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