



VÍVÓ EDZŐTÁBOR ESZTERGOMBAN

utánpótlás korú versenyzőknek



Az iskola befejezését követően 2x5 napos edzőtábort szervezünk utánpótláskorú vívóknak. Az idén 6. alkalommal megrendezett táborunkba ebben az évben a kardozók és törzözők mellett a második héten párbajtőrözőket is fogadunk. Mindhárom fegyvernem edzéseit a szakképzett edzők tartják. Szeretettel várjuk minden klub fiatal versenyzőjét!

AZ EDZŐTÁBOR IDŐTARTAMA:

2019. június 17. (hétfőtől) – 2019. június 21. (péntekig),
2019. június 24. (hétfőtől) – 2019. június 28. (péntekig)
Az edzőtábor a hétfői ebéddel 12-kor kezdődik és a pénteki ebéddel zárul.

AZ EDZŐTÁBOR KÖLTSÉGE:

Versenyzők részére az 5 napos edzőtábori részvétel költsége **33.000 Ft/fő**, Ez tartalmazza a négy éjszaka szállásköltségét, a teljes ellátást a hétfői ebédtől a pénteki ebédig tízóraival és uzsonnával, vacsorával, napi két vívó edzést hétfő délutántól pénteken délig, valamint a kiegészítő programok költségeit. Az edzőtáborban résztvevők pólót kapnak, amelynek költségét szintén tartalmazza a részvételi díj. A 2 x 5 napos edzőtábor részvételi költsége **60.000 Ft/fő**.

SZÁLLÁS, ÉTKEZÉS:

Az edzőtáborba érkezők szállását a Rugby Club Hotelben (Esztergom, Nagy Duna sétány 1.) foglaltuk le, a Sportcsarnoktól 1 percre. A reggeli, az ebéd és a vacsora a Padlizsán étteremben lesznek. Délelőtt, délután tízórait, uzsonnát vagy egy gombóc fagylatot is biztosítunk. **Különleges igényeket** (pl. laktózmentes étkezés) is megadunk, ezeket e-mailben kérjük jelezni.

RÉSZTVEVŐK:

kard: 2000 és 2009 közt születettek,
tőr; de ettől eltérő korúakat is szeretettel várunk.
párbajtőr: csak a június 24-28 közti hétre!

EDZÉSEK:

Az edzések a Pézsa Tibor Városi Sportcsarnokban (Esztergom, Helischer u. 5.) lesznek 20 - 22 páston. Mindkét csoportnak délelőtt is 1,5-2 óra, délután is 1,5-2 óra edzést biztosítunk. A programban lábmunka, konvencionális gyakorlatok és fizikai edzések is szerepelnek. Az első edzés hétfőn délután, az utolsó pénteken délelőtt lesz. Minden edzésen villannyal fognak vívni a versenyzők. Felszerelésről mindenki maga köteles gondoskodni, az MVSZ előírásai iránymutatóak.

EGYÉB:

Edzőtábori pólót (Fruit of the Loom márkás gyártótól) az eddigiekhez hasonlóan idén is készítünk, ennek a költségét az edzőtábor részvételi költsége tartalmazza. A jelentkezésnél kérjük a méretet megadni!

Szódafogyasztás az edzéseken korlátlan mennyiségben biztosított minden résztvevő részére.

Jelentkezés és további információ:

Molnár Béla: +36 30 456 0197 molnar.bela@szentgyorgy.sport.hu