TTSE TOLLASLABDA EDZŐTÁBOROK BUDAPESTEN AZ ANGYALFÖLDI SPORTKÖZPONTBAN

Az edzőtáborok időpontja:

turnusok: 2026. július 6-10. | 2026. július 20-24. | 2026. július 27-31. | 2026. augusztus 3-7.
hétfőtől péntekig minden nap $9^{\underline{00}}$ – $16^{\underline{00}}$

Helyet biztosítani az interneten kitöltött **elektronikus jelentkezés leadásának sorrendjében** áll módunkban.
A jelentkezésnek nem feltétele a tollaslabda előélet vagy a sport múlt, **kezdők és haladók** is részt vehetnek.
A jelentkezés leadása egyúttal a tábori szabályok elfogadását is jelenti. Más egyesületben sportolóktól kérjük, hogy jelentkezés előtt kérjék ki edzőjük véleményét és hozzájárulását a táborban való részvételhez.

Az edzések helye:

Angyalföldi Sportközpont - 1139 Budapest, Rozsnyay utca 4.

Részvételi díj:

62 000 Ft / fő / hét A tábordíj utalással fizetendő a tábor kezdte előtt legalább két héttel.
bankszámla szám: Talentum TSE 11600006-00000000-80816810 (ERSTE bank)
A részvételi díj tartalmazza a tábor összes költségét (foglalkozások, étkezések, tábori póló, …).
A részvételi díjból visszatéríteni egy vagy több napos hiányzás esetén sem áll módunkban!

Jelentkezés:

A táborba helyet foglalni kizárólag a **www.tollaslabdatabor.info** honlapról elérhető elektronikus jelentkezési űrlap kitöltésével lehet. (Papíron, e-mail-ben, telefonon, stb. leadott jelentkezést elfogadni nem áll módunkban.) A jelentkezést minden esetben visszaigazoljuk, a „felelős kapcsolattartó”-ként megadott személy (szülő, nagyszülő, …) e-mail címére. Az egészségügyi igazolás leadására a tábor kezdetekor van lehetőség.

A tábori program:

A napi program **két tollaslabda edzés** köré szerveződik, amely bemelegítést, oktatást, **sok játékot** és levezetést tartalmaz. Az ebéd utáni **pihenőidőben** kötetlen programok biztosítanak lehetőséget a barátkozásra és az aktív pihenésre. Az edzőtáborban minden tevékenység **edzői felügyelet** mellett zajlik.

Érkezés, távozás:

A tábori program minden nap 9:00-kor kezdődik, ezért kérjük, hogy az **érkezést** mindenki **kb. 8:45-re** időzítse.
A tábori program minden nap **16:00-ig tart**, legkésőbb 16:30-ig biztosítjuk a gyerekek felügyeletét. A tábort gyerek egyedül csak a szülő előzetes írásbeli jelzése esetén hagyhatja el! Az érkezéssel és a távozással kapcsolatosan a fentiektől való eltérés csak a szülő és a táborvezető előzetes személyes megbeszélése és a felelősség tisztázása után lehetséges.

Étkezés:

A táborban 3 étkezést (tízórai, ebéd, uzsonna) biztosítunk. A sportterhelés miatt ajánlott a bőséges **otthoni reggeli.** (Közvetlenül edzés előtt az étkezést már nem javasoljuk.) Az edzésekre kérjük mindenki hozzon legalább **1,5 – 2 l innivalót** (vagy vízzel feltölthető palackot, kulacsot)! A vacsora a reggelihez hasonlóan otthon történik. Aki a fenti étkezéseken túl igényli, hozhat magával **nem romlandó, nem hűtendő, szennyezést nem okozó** élelmiszert. Ez célszerűen kekszet, édességet esetleg gyümölcsöt jelenthet kis mennyiségben. A sportközpontban büfé üzemel.

Ruházat, felszerelés:

Az edzésekhez **tornatermi és szabadtéri sportruházat** szükséges. Fontos a **külön tornatermi és szabadtéri sportolásra alkalmas cipő**! Ennek hiányában a táborban részt venni nem lehet! (A szabadtéri sportcipő lehet utcai cipő is.) A stabilan nem beköthető, nyitott cipők az edzőtábori program végrehajtására nem alkalmasak és balesetveszélyesek!

Egyéb tudnivalók:

A táborban való részvétel feltétele egy **szülői vagy orvosi egészségügyi igazolás**, amelyből kiderül, hogy a gyerek krónikus, sportolást kizáró, illetve fertőző betegségben nem szenved. Az egyéb egészségügyi problémákat és odafigyelést igénylő veszélyforrásokat és a teendőket (pl. fáradékonyság, gyógyszerszedés, …) a **jelentkezési űrlapon** kérjük feltüntetni. A jelentkezés és a tábor kezdete között felmerülő gondokat kérjük személyesen jelezni.

Reméljük, hogy a fenti információk és óvintézkedések segítenek abban, hogy mindenki számára
élvezetes, hasznos és emlékezetes tábort tudjunk rendezni!

Bármilyen további kérdésben Szűcs Zoltán táborszervezőtől kérhető tájékoztatás az alábbi elérhetőségeken:

Talentum TSE:		**Szűcs Zoltán**:	
telefon:	06-20-420-44-64	e-mail:	szucs.zoltan@tollaslabda.info
facebook:	www.facebook.com/tollaslabda.tabor	facebook:	www.facebook.com/szucs.zoltan.bp

szervező: **Talentum Tollaslabda Sportegyesület** elektronikus jelentkezés: **www.tollaslabdatabor.info**