

# TOLLASLABDA



2020			Június			
HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
<b>1</b> 23. hét Pünkösd, Tünde	<b>2</b> Kármén, Anita	<b>3</b> Klotild, Kevin	<b>4</b> Bulcsú, Tormás	<b>5</b> Fatima, Ferdinánd	<b>6</b> Norbert, Cintia	<b>7</b> Róbert, Roberta
<b>8</b> 24. hét Medárd, Zaránd	<b>9</b> Félix, Annabella	<b>10</b> Margit, Gréta	<b>11</b> Barnabás, Barna	<b>12</b> Villő, Sebő	<b>13</b> Antal, Anett	<b>14</b> Vazul, Herta
<b>15</b> 25. hét Jolán, Vid	<b>16</b> Jusztin, Arany	<b>17</b> Laura, Álida	<b>18</b> Arnold, Levente	<b>19</b> Gyárfás, Zóra	<b>20</b> Rafael, Dina	<b>21</b> Alajos, Lella
<b>22</b> 26. hét Paulina, Alvína	<b>23</b> Zoltán, Édua	<b>24</b> Iván, Héra	<b>25</b> Vilmos, Maxim	<b>26</b> János, Pál	<b>27</b> László, Sámson	<b>28</b> Levente, Iren
<b>29</b> 27. hét Péter, Pál	<b>30</b> Pál, Bese	<b>1</b> Tihamér, Annamária	<b>2</b> Ottó, Ottokár	<b>3</b> Kornél, Soma	<b>4</b> Ulrik, Babett	<b>5</b> Emese, Sarolta

# TOLLASLABDA

## napközis- tábor a XVII. kerületben

Időpont: 2020. június 22- 26.

Helyszín: Békésy György Szakgimnázium

Cím: 1174 Budapest Széchenyi utca 9-11.

Bejárat, parkolási lehetőség a Gyökér utca felől.



2020. június 22-26. között várjuk napközis nyári táborunkba a tollaslabda iránt érdeklődő 8 - 14 éves gyerekeket, hétfőtől péntekig, minden nap 7<sup>30</sup>-tól 16<sup>30</sup> óráig. A táborban való részvételnek nem feltétele a tollaslabda előképzettség. A jelentkezési lap kitöltése egyúttal a tábori szabályok elfogadását is jelenti. A táborban 16 jelentkezőt tudunk fogadni. Kérjük, hogy amennyiben gyermeke esetleg betegsége utaló tüneteket mutat, azon a napon már ne engedjék közösségbe, forduljanak orvoshoz. Betegség esetén kizárólag ebben az esetben, hivatalos orvosi igazolással indokolva, tudjuk a részvételi díj egy részét visszatéríteni.

**Részvételi díj:** egész hétre: 32 000 Ft / fő, testvéreknek: 29 000 Ft / fő. A napi díj: 8 000 Ft / fő / nap. A részvételi díj tartalmazza az 5 000 Ft előleget és a tábor összes költségét. A táborba jelentkezni a jelentkezési lap kitöltésével és 5 000 Ft előleg befizetésével lehet, legkésőbb 2020. június 15. hétfőig. A teljes díjat is eddig, azaz legkésőbb június 15.-ig kell kiegyenlíteni. A jelentkezést érkezési sorrendben fogadjuk el.

A jelentkezés/befizetés történhet személyesen, június 2 – 12 között, vagyis az edzések utolsó két hetében, kedden vagy csütörtökön 17.00 – 19.00 óra között a Békésy György Szakgimnázium tornatermében, vagy a megadott elérhetőségen, elektronikus úton. Az egyesület számlaszáma: 10103056 – 05564900 - 01005003

### Napi program:

Érkezés:	7 <sup>30</sup> - 9 <sup>00</sup> - ig
Edzés:	9 <sup>00</sup> - 10 <sup>30</sup> - ig
Szünet, tízórai:	10 <sup>30</sup> - 11 <sup>00</sup> - ig
Edzés:	11 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup> - ig
Ebéd:	12 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> - ig
Pihenő:	13 <sup>00</sup> - 14 <sup>00</sup> - ig
Játékos versenyzés:	14 <sup>00</sup> - 15 <sup>30</sup> - ig
Pihenő, uzsonna:	15 <sup>30</sup> - 16 <sup>30</sup> - ig

### **Étkezés:**

A táborban 3 étkezést (tízórai, ebéd, uzsonna) biztosítunk. Ajánlott az otthoni reggeli. (Közvetlenül edzés előtt az étkezést már nem javasoljuk.) Az ebédet a közelben lévő étteremben fogyasztjuk el. Az edzésekre kérjük, mindenki hozzon legalább 1,5 – 2 l innivalót (vagy vízzel feltölthető palackot, kulacsot)! Aki a fenti étkezéseken túl igényli, hozhat magával nem romlandó, nem hűtendő, élelmiszert. Ez célszerűen keksz, édesség, gyümölcs (kis mennyiségben).

**Ruházat, felszerelés:**

Az edzésekhez sportruházat és kétféle cipő szükséges. Fontos a teremcipő, amely nem hagy nyomot a terem talaján és a kültéri cipő, mert jó idő esetén a foglalkozások egy részét szabad téren tartjuk. A stabilan nem beköthető, nyitott cipők (szandál, papucs) az edzőtábori program végrehajtására nem alkalmasak és balesetveszélyesek, ezért nem ajánlottak! Az edzéseken nem viselünk maszkot, de ebédidőben, az étteremhez történő közlekedés/séta közben a maszk viselése kötelező. A táborban minden gyermeknek kötelező a kézfertőtlenítő szerek napközbeni használata. Kérem, hogy az egyéni igényeknek megfelelő kézfertőtlenítő szert a gyermekek minden nap hozzák magukkal.

**Egyéb tudnivalók:**

A táborban való részvétel feltétele egy orvosi egészségügyi igazolás (<http://bit.do/orvosiigazolas>), amelyből kiderül, hogy a gyermek krónikus, sportolást kizáró, illetve fertőző betegségben nem szenved. Az orvosi igazolás a táborban történő részvétel feltétele. Az egyéb egészségügyi problémákat és külön odafigyelést igénylő teendőket (pl. asztma, gyógyszeresedés, gyógyszerérzékenység) a jelentkezési lapon kérjük feltüntetni.

**Elérhetőség, jelentkezés:** [tollaslabda17@gmail.com](mailto:tollaslabda17@gmail.com) , **+36-30-455-3650 Csóka Sándor**

# JELENTKEZÉSI LAP



Alulírott ..... ezen jelentkezési lap kitöltésével és aláírásával hozzájárulok, hogy .....nevű gyermekem/gyermekeim részt vegyen/vegyenek a Csóka Sándor által szervezett tollaslabda napközis táborban, melynek helyszíne a Békésy György Szakgimnázium tornaterme, időpontja 2020. június 22 – 26. Egyúttal vállalom, hogy egész hetes részvétel esetén az 5 000 Ft/hét előleget a jelentkezési lap leadásával/küldésével egy időben, valamint a fennmaradó részt legkésőbb 2020. június 15-ig befizetem. A gyermekemről szóló tudnivalókat maradéktalanul feltüntetem.

Információ, elérhetőség: Csóka Sándor [tollaslabda17@gmail.com](mailto:tollaslabda17@gmail.com) vagy 06-30-455-3650

A tábor költsége:	részvevőnek	32 000 Ft	fennmaradó rész 27 000 Ft
	részvevő testvérnek	29 000 Ft	fennmaradó rész 24 000 Ft

Részvevő gyermek adatai:

Részvevő testvér adatai:

Név:.....

Születési idő:.....

TAJ szám:.....

Iskola:.....

Lakhely:.....

## Szülő adatai

Név:.....

Telefonszám:.....

E-mail cím:.....

Tudnivalók a gyermekről/gyermekekről: (ételallergia, gyógyszerérzékenység, gyógyszereszedés,....)

.....

.....

.....

.....

Dátum:2020.....

aláírás