



2015. ÉVI

# TAVASZI EDZŐTÁBOR

A TÁBORBORT SZERVEZŐ KLUBOK:  
SEISHIN DÓJÓ, FUDOSHIN DÓJÓ

A TÁBOR FELELŐS SZERVEZŐI ÉS ELÉRHETŐSÉGE:

Sensei Horpácsik György 4. Dan  
06 20 / 322-52-43  
kyokushin@seishindojo.hu

Senpai Kerekes Gábor 1. Kyu  
06 30 / 934-94-10  
kyoapa@gmail.com

**A tábor ideje:** 2015. április 01-04. (szerda 11.00-szombat 19.00 )  
**A tábor helye:** XIII.Ker. Ifjusági Tábor, 2481 Velence, Széchenyi u. 13.

**RÉSZVÉTELI DÍJ: 19.500,-FT**

**Jelentkezési határidő:** 2015. március 20-ig Klubvezetőknél,  
10000,-Ft előleg befizetésével, amely visszafizetésére az előzetes  
foglalások miatt semmilyen hivatkozással nincs lehetőség!  
Családi kedvezmény: 2000 Ft.-/fő

**Érkezés:** 2015. 04. 01-én, szerda 11:00 óráig (ebéd már lesz)  
**Távozás:** 2015. 04. 04-én, szombaton 19.00 óráig (vacsora nem lesz)

### **Figyelem!**

**A tábor díja tartalmazza a szállást, a teljes ellátást napi háromszori étkezés és a bérleti díjakat, valamint 1 db. tábor pólót! Az útiköltségről és a vizsgadíjról mindenkinek önmagának kell gondoskodni!  
Az edzőtábor nyílt, de elsősorban IBKHF Klubjainak tagjait várjuk el sok szeretettel!**

### **Program:**

- 2015. 04. 01. 12.00 óráig a szállás helyek elfoglalása, 12.15 órakor tábor nyitás.
- Tréningek naponta 3 alkalommal lesznek plusz meditációs gyakorlatok az esti program keretében.

- **Reggeli edzés 07-00 órától csoport bontásban**
- **Délelőtti edzés 10.00 órától csoport bontásban**
- **Délutáni edzés 15.00 órától csoport bontásban**

- 08.00 órától reggeli (minden nap közvetlen a tréningek után)
  - 12.30 órától ebéd (minden nap )
  - 18.00 órától vacsora (minden nap)

- Övvizsga 2015. 04. 04. (szombat) 15.00 órától a torna teremben.

A technikai vizsga zárt, csak a küzdelmeket tekinthetik meg a szülők, hozzátartozók!!

**Ágynemű és huzat lesz a táborban, nem kell hozni! Inni valót rágcálni való természetesen lehet hozni, de törekszünk a családi ellátásra. Tb. Kártya , ha van 2 db. Do Gí (karate ruha) védő felszerelések, melegítő, szabadidő ruházat legyen mindenkinek. Lehet hozni társasjátékokat és különféle kikapcsolódásra alkalmas eszközt!**

**Eredményes felkészülést kívánunk!  
OSU!**

**Sensei Horpácsik György 4.Dan**  
Elnök  
Seishin Non-Profit Közhasznú Sportegyesület  
+36/20-322-52-43