



STOWARZYSZENIE INSTRUKTORÓW I TRENERÓW KAJAKARSTWA

ul. Goplańska 29/132, 02-954 WARSZAWA, NIP 5242586118 REGON 140356205

e-mail biuro@sitk.pl

konto w PKO BP 50 1020 1156 0000 7902 0064 4310

VIII Kozienicka Szkoła Kajakowa, 24.06-04.07.2018 r.

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

Nabór

Do 30 dzieci (dziewczęta i chłopcy) w wieku: szkoły podstawowej (od 4 klasy), gimnazjum i szkoły średniej. Wymagany jest średni poziom wytrzymałości fizycznej i brak lęku przy kontakcie z wodą. Nie jest niezbędna umiejętność pływania. Dzieci muszą posiadać zgodę rodziców (prawnych opiekunów) na udział w zajęciach. Uczestnikiem staje się osoba, która dokona mailowo lub telefonicznie zgłoszenia. Każdy uczestnik zobowiązany jest zgłosić się na szkolenie z wypełnioną i podpisaną przez rodzica/opiekuna kartą uczestnika.

Opłata

Uczestnictwo w zajęciach objęte jest opłatą w wysokości 15 zł od osoby, na działalność statutową Stowarzyszenia. Wpłaty należy dokonać na konto stowarzyszenia (w nagłówku pisma) z podaniem imienia i nazwiska uczestnika szkolenia i dopiskiem „na działalność statutową”. W uzasadnionych przypadkach, na wniosek rodzica, uczestnik może zostać zwolniony z wyżej wymienionej opłaty.

Ubiór

- czapka z daszkiem,
- koszulka z krótkim rękawem, najlepiej „oddychająca” (nie bawełniana, ponieważ gdy jest mokra wyziębła ciało),
- spodenki krótkie (dowolny materiał i typ) lub kąpielówki,
- buty do wody (do wchodzenia i wychodzenia z kajaka),
- ręcznik, ubiór do przebrania się (ciepła odzież w chłodne dni),
- posiłek, napój.

Odprawa

24 czerwca 2018 r. (niedziela) o godzinie **18.00**, na tarasie widokowym nad jeziorem Kozienickim (w Ośrodku Sportu i Rekreacji) odbędzie się spotkanie organizacyjne z zainteresowanymi osobami (w tym z ich opiekunami), które uściśli zasady organizacji szkolenia. Podczas tego spotkania zostaną utworzone dwie grupy składające się z maksymalnie 15 dzieci każda oraz instruktora. W takcie zgrupowania mogą nastąpić indywidualne korekty w grupach. Zostanie przedstawiony grafik szkoleniowy grup. Uczestnicy zostaną zapoznani z regulaminem zgrupowania i zasadami bezpieczeństwa.

Realizacja zajęć:

Zajęcia odbywać się będą na zasadach niestacjonarnych. Uczestnicy po zajęciach udają się do swoich domów. Zajęcia będą realizowane w okresie od 25 czerwca do 4 lipca br., w dwóch 2,5 - godzinnych sesjach. Pierwsza w godzinach od 10.00 do 12.30, a druga w godzinach od 15.00 do 17.30. Czas od 12.30 do 15.00 jest przeznaczony na obiad. Posiłki uczestnicy realizują we własnym zakresie i na własny koszt. Zgrupowanie przeznaczone jest dla amatorów. Wszystko rozpoczynać się będzie od tzw. poziomu „zerowego”. Maksymalnie 15-osobowe grupy szkoleniowe będą realizować zajęcia zgodnie z ustalonym programem. Pierwsze zajęcia to głównie nauka bezpiecznego wsiadania do kajaka, właściwego wiosłowania, umiejętności manewrowania kajakiem oraz postępowania na wypadek wywrotki. Kolejne zajęcia ukażą niezbędne techniki sprawnego manewrowania ww. sprzętem. W cykl szkolenia włączone będą gry i zabawy rekreacyjne.

Sprzęt i bezpieczeństwo:

Jednym z ważniejszych atutów zgrupowania jest utrzymanie wysokiego poziomu bezpieczeństwa jego uczestników. Uczestnicy pływać będą we właściwie dobranym, sprawnym sprzęcie asekuracyjnym (kamizelka). Sprzęt zapewnia organizator - Stowarzyszenie Instruktorów i Trenerów Kajakarstwa. Nad całością zgrupowania opiekę sprawuje jego kierownik - **Ryszard Roman tel. 500 237 228**. Jest to doświadczony trener dyscypliny kajak-polo i wychowawca młodzieży. Uczestnicy są zobowiązani do wykonywania jego poleceń oraz poleceń organizatora.

Nieobecność uczestnika na zajęciach musi być uprzednio zgłoszona przez opiekuna uczestnika!

W imieniu organizatora szkolenia
Iza Książek - Prezes SITK