

# Letni obóz tenisa stołowego w Korfantowie

**Serdecznie zapraszamy na letni obóz tenisa stołowego, który będzie organizowany w Korfantowie w dniach 18-27 lipca 2019 roku. Trenerami podczas obozu będą: Wojciech Tobiasz, Dorota Borkowska-Bilska oraz Jolanta Kopaczyńska.**

Spotkanie z rodzicami, dokonanie płatności oraz kwaterunek są zaplanowane na czwartek 18 lipca, o godz. 08.30 przy ul. Nyskiej 1 w ośrodku sportowo-noclegowym MGOKSiR. Pierwszy trening zaplanowany jest na godz. 10:00, na hali sportowej przy ul. Adama Mickiewicza 3. Koniec obozu oraz pożegnanie przewidziane jest na sobotę 27 lipca o godz. 18:30, również przy ul. Nyskiej 1.

## **Kadra trenerska:**

**Wojciech Tobiasz** (obecnie zawodnik III ligi oraz trener II klasy w LUKS Korfantów, dawniej zawodnik ligi niemieckiej - VfB Mosbach Waldstadt oraz Cottbuser TT Team, a także I ligi (AZS Politechnika Śląska Gliwice) i II ligi polskiej (śląsko-opolskiej) w barwach TRO MEDIA LUKS Korfantów.

**Dorota Borkowska-Bilska** (trenerka i zawodniczka AZS Wratislavia Wrocław; kilkakrotna medalistka Mistrzostw Polski oraz Mistrzostw Świata w kategorii Weteranek, dawniej zawodniczka ligi niemieckiej)

**Jolanta Kopaczyńska** (trenerka i zawodniczka WZSN START Wrocław, medalistka Mistrzostw Polski Niepełnosprawnych)

## **Rozkład dnia obozu:**

07.00 - 07.15 - pobudka  
07.30 - 08.00 - poranny rozruch  
08.30 - 09.15 - śniadanie  
10.00 - 12.00 - I trening (hala sportowa)  
12.30 - 13.15 - obiad  
13.30 - 15.30 - odpoczynek poobiedni  
16.00 - 18.00 - II trening (hala sportowa)  
18.30 - 19.15 - kolacja  
19.30 - 21.00 - III trening - dla chętnych (sala GOK)  
21.15 - 22.00 - wieczorna toaleta  
22.30 - 07.00 - cisza nocna

\* Może zdarzyć się tak, że zamiast wieczornego treningu będziemy mieli 2 treningi 3-godzinne, jednakże zależy to od frekwencji uczestników obozu.

## **Dla kogo: dzieci, młodzież oraz amatorzy i weterani**

### **Miejsce:**

- nocleg - Ośrodek sportowo-noclegowy MGOKSiR przy ul. Nyskiej 1  
- wyżywienie - Śniadania i kolacje w miejscu zakwaterowania, obiady w szkole podstawowej przy hali sportowej  
- treningi - Hala sportowa przy ul. Mickiewicza 3 oraz sala Domu Kultury przy ul. Rynek 10

**Koszt: 1200 zł (10 dni) 850 zł (7 dni), jako potwierdzenie uczestnictwa – przesłanie karty uczestnictwa e-mailem. Proszę wysłać do 10 lipca. W pierwszym dniu obozu płatność gotówką. Możliwe będzie wystawienie faktury.**

### **Program:**

W ramach obozu prowadzone będą treningi techniczne oraz zajęcia ogólnorozwojowe, a także elementy treningu mentalnego. W programie przewidziane jest również jednorazowe wyjście na basen, zawarte w cenie obozu, a także gry i zabawy w przerwach między treningami.

Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany warunków obozu, ze względu na zmienne czynniki zewnętrzne. Ilość miejsc jest ograniczona. W cenie obozu wliczone jest ubezpieczenie NNW. Należy zabrać ze sobą aktualne badania lekarskie.

Kontakt telefoniczny: **696478787 - Wojciech Tobiasz**  
e-mail: **wojciech.tobiasz92@gmail.com (zgłoszenia)**



**Zapraszamy! :-)**