

UKP Polonia Warszawa - Sekcja Pływacka

SZKOLENIE SPORTOWE – wakacje 2026 - dla klas 2-8 27-31.01.07.2026 r.

Harmonogram

8.30	Zbiórka pod pływalnią POLONII
9.00 – 13.00	Wycieczka rowerowa (po drodze postój - śniadanie) lub zajęcia w hali sportowej
13.30 – 15.00	Pływalnia - zajęcia nauki pływania + elementy zabawy
15.30	Obiad
16.00 – 16.30	Odbiór Dzieci

Pobyty

- Hala i Pływalnia Polonia ul. Konwiktorska 6 w Warszawie (hala w razie niepogody)
- Wyżywienie dostosowane do potrzeb dzieci i sportowców
- Wycieczki rowerowe po okolicy, parki, lasy - w podgrupach

Program

- codziennie szkolenie pływackie doskonalące technikę pływania pod okiem szkoleniowców UKP Polonia Warszawa oraz zabawy w wodzie
- gimnastyka sportowa, gry i zabawy w hali sportowej – w razie niepogody
- krajoznawcze wycieczki rowerowe oraz szkolenie techniki jazdy na rowerze w terenie
- gry i zabawy terenowe

W razie niepogody może nastąpić zmiana w programie (kino, zajęcia na hali sportowej, projekcja filmów itp.)

Ubezpieczenie - NNW dla sportowców

Co zabrać na szkolenie?

1. Legitymację szkolną, książeczkę zdrowia, wypełnioną kartę informacyjną.
2. Sprzęt na pływalnię: okulary, czepek, klapki, kostium pływacki, slipy.
3. Obowiązkowo mały plecak oraz czapkę na uszy (po basenie).
4. Dres sportowy treningowy, tenisówki, strój do ćwiczeń w sali gimnastycznej i na powietrzu.
5. Rzeczy osobiste, kurtka przeciwdeszczowa.
6. Osobisty zestaw pierwszej pomocy oraz leki osobiste (informacja na karcie).
7. Wodę i kieszonkowe na napoje, lody.
8. **Sprawny rower, kask rowerowy, pompkę, dętkę zapasową, rękawiczki kolarskie, zapiećcie.**

Cena za 5-dniowy turnus:

- **1.000 zł** dla członków klubu

- **1.100 zł** dla osób nie będących członkami klubu

**zadek (rezerwacja miejsca) w wysokości 300 zł przy zgłoszeniu
(od teraz – ilość miejsc jest ograniczona, decyduje kolejność zgłoszeń)
pozostała kwota: do 20.07.2026 r.**

Wszystkie wpłaty kierujemy na **OBOZOWE** konto klubu UKP Polonia:

Santander Bank: 29 1090 1841 0000 0001 3709 3236

z adnotacją: Szkolenie Sportowe LATO 2024, imię i nazwisko uczestnika, rok urodzenia/klasa

Informację o zgłoszeniu dziecka proszę przekazać na e-mail:

- akademia@ukppolonia.pl

Kontakt: Katarzyna Tarasiewicz – tel. 601 05 00 86