

Zapraszamy do najlepszego uczniowskiego klubu sportowego w Polsce!

Dziecko, które zostaje członkiem UKS G-8 Bielany ma prawo:

- uczestniczyć w zajęciach sportowych organizowanych przez klub;

- do pierwszeństwa lub wyłączności (w zależności od ilości dostępnych miejsc) w zapisie na obozy zimowe i letnie wyjazdowe, zimowe i letnie obozy dochodzeniowe oraz do zniżek przy odpłatności za tego typu akcje,

- być objęte nieodpłatnie badaniami sportowymi (orzecznik, podstawowe badania laboratoryjne)-od poziomu 2 kl SP wzwyż (włączając się do klubu przynosi orzeczenie o zdolności, kolejne badania ustala już klub);

- do opieki trenerskiej podczas zawodów, na które zawodnicy udają się z trenerami klubowymi.

Każdy przystępujący do klubu otrzyma koszulkę reprezentacyjną logo klubu, klasy pływackie również czepki.



ZAJĘCIA ORAZ AKCJE SPORTOWE DLA KLAS 0 – 3 SP- ROK SZKOLNY 2019/2020

Obowiązuje zapis e-mailowy na zajęcia- przesłany na adres klub@uksg-8.pl z podaniem imienia i nazwiska dziecka, klasy, szkoły oraz podaniem na jakie zajęcia będzie uczęszczać.

Warunki udziału: złożenie deklaracji członkowskiej (dostępna na www.uksg-8.pl lub w siedzibie klubu), opłata składki członkowskiej 60 zł miesięcznie, opłata składki NNW w sporcie (rocznej) - jednorazowo – kwota w trakcie ustalania przez PZU (wysokość w ubiegłym roku- 27 zł/osoba). Składka członkowska jest taka sama dla miesięcy krótszych (wrzesień, luty) jak i dłuższych.

Zajęcia ruszają od 16.09.br

1. Zajęcia sportowe (można wybrać dowolnie np. tylko jeden dzień z oferty albo kilka propozycji)

- **Gry i zabawy ruchowe z elementami szermierki: klasy 0 – 3,** (gry i zabawy kształtujące szybkość, zwinność, ćwiczenia gibkościowe, podstawy szermierki)

Trener: Paulina Wagner

Trener Marta Stefańska

środa 14.45 – 16.15 (SP 263)

czwartek 14.45 – 16.15 (SP 263)

Zajęcia biathlonowe : klasy 0, 1, 2, 3

(zabawy terenowe, narty biegowe, strzelanie z broni laserowej i pneumatycznej, nauka jazdy na łyżworolkach, nartorolkach)

Trener: Ryszard Śmietański (informacja 692 252 578), Filip Bogdal

wtorek 16.00 – 17.00 klasy 0 - 1

poniedziałki 16.00 – 17.30 klasy 2 - 3

czwartek 16.00 – 17.30 klasy 2 - 3

- **Zajęcia taekwondo olimpijskiego: klasy 0 – 3**

Trener koordynator : Tomasz Pielak (informacja 501 345 228)

Pozostali trenerzy : Maciej Kaczorowski 606 297 216, Konrad Rajda 507 445 904

wtorek 17.00 – 18.00 (podział na grupy początkującą i zaawansowaną klasy 0 - 3)

czwartek 17.00 – 18.00 (podział na grupy początkującą i zaawansowaną klasy 0 - 3)

- **Zajęcia ogólnorozwojowe z elementami lekkoatletyki: klasy 0-3**

(zabawy bieżne, kształtowanie wytrzymałości, szybkości, ćwiczenia gibkościowe, nauka techniki biegania)

Trener prowadzący: Jakub Maślanko 794 039 895

środa 17.00 – 18.15

piątki 17.00 – 18.15

- **Zajęcia piłki ręcznej dla klas 0 – 3**

poniedziałek: 18.00 – 19.30

środa: 16.00 – 17.15

PLANOWANE TERMINY OBOZÓW SPORTOWYCH

Zimowy obóz dochodzeniowy (na obiektach sportowych CRS Bielany) : 10 – 14.02, 17 – 21.02.2020

Zimowy obóz sportowy wyjazdowy (narty zjazdowe, snowboard dla klas 2 - 6): 15 – 22.02.2020

Letnie obozy dochodzeniowe (na obiektach sportowych CRS Bielany): 29.06 – 03.07, 06 – 10.07, 13 – 17.07

Letni obóz sportowy wyjazdowy : sierpień 2020 w okresie 01 – 23.08 (termin do uzgodnienia, czas trwania obozu 10 – 13 dni)

Dodatkowe informacje o zajęciach : Sylwia Czerwonka 784 483 89, Dariusz Czerwonka 604 171 103, grafik na stronie www.uksg-8.pl