

# ZIMOWISKO

## CapoKids Zawoja 2020

Akademia Sztuki Capoeira ACMB Rzeszów oraz Krakowska Szkoła Capoeira UNICAR zapraszają na zimową edycję obozu capoeira dla dzieci i młodzieży w wieku 8 – 18 lat z województwa podkarpackiego, łódzkiego, małopolskiego i wielkopolskiego. Oprócz zajęć tematycznych związanych z samą capoeirą, będziemy się zajmować eksploracją stoku narciarskiego Mosorny Groń (pod okiem doświadczonego instruktora snowboardu), znajdującego się w Zawoi.

### **W programie obozu:**

W zależności od pogody – wyjście na stok w celu doskonalenia/nauki od podstaw techniki jazdy na snowboardzie lub wycieczki górskie, zajęcia tematyczne z zakresu capoeira (język portugalski, historia capoeira w oparciu o historię Brazylii, zajęcia muzyczne z nauką śpiewu oraz gry na instrumentach brazylijskich, treningi wzmacniające i rozciągające całe ciało, gry i zabawy na śniegu, turniej tenisa stołowego, ogniska z kiełbaską, zwiedzanie atrakcji turystycznych Zawoi oraz dyskoteki obozowe.

### **Zakwaterowanie i wyżywienie:**

Zakwaterowanie w Domu Wczasowym ZAWOJANKA (34–223 Zawoja 981) w komfortowych pokojach 3,4 i 5-osobowych z łazienkami. Posiłki podawane są 3 razy dziennie (śniadania i kolacje w formie bufetu, obiad oraz podwieczorek). Między posiłkami będziemy mieli stały dostęp do wody, herbaty, owoców i ciast. Oprócz tego ośrodek dysponuje trzema salkami lustrzanymi przeznaczonymi do treningu lub innych aktywności poza snowboardowych jak również miejscem na ognisko i bitwy śnieżne ;)

### **Informacje o stokach:**

W zależności od umiejętności uczestników, będziemy korzystać ze stoku Mosorny Groń (1,4km), lub z wyciągu Wojtek (410m). Istnieje możliwość wzięcia nart zamiast snowboardu, pod warunkiem posiadania wysokich umiejętności narciarskich. Każdy uczestnik zobowiązany jest do przywiezienia ze sobą własnego lub wypożyczonego sprzętu.

Uczestnicy są objęci dodatkowym ubezpieczeniem na okres trwania wypoczynku. Pieczę nad uczestnikami sprawować będzie minimalnie 3 osobowa, doświadczona, w pełni wykwalifikowana kadra instruktorska. Obóz organizowany pod nadzorem Kuratorium Oświaty.

# WAŻNE INFORMACJE:

**19.01 - 26.01.2020** - Termin obozu dla dzieci z podkarpacia

**26.01 – 02.02.2020** - Termin obozu dla dzieci z małopolski

**1400zł** – Cena wycieczki wraz z pięciodniowym karnetem

**Rodzeństwa** - zniżka 100zł dla jednego z rodzeństwa.

**Ilość miejsc ograniczona (30 osób)** – decyduje kolejność nadesłania zaliczek

Zaliczkę\* w wysokości 700 zł należy wpłacić najpóźniej do **02.12.2019** natomiast drugą ratę do **13.01.2020**, bezpośrednio u instruktorów lub na podany numer konta:

**ING BANK: 62 1050 1562 1000 0090 9778 2792**

**AKADEMIA SZTUKI CAPOEIRA**

**Tomasz Majka Kr. Augusta 29/95, 35-210**

**RZESZÓW**

W tytule wpłaty należy podać imię i nazwisko uczestnika, jego wiek oraz miasto w którym mieszka. Istnieje możliwość uzyskania faktury. Gwarancją wzięcia udziału jest wpłata zaliczki. Po dokonaniu wpłaty zaliczki należy skontaktować się z organizatorami w celu uzupełnienia danych uczestnika.

\*Zaliczka nie podlega zwrotowi

## **Organizatorzy i kontakt:**

Akademia Sztuki Capoeira ACMB Rzeszów

Tomasz Majka – Voador : tel. 505993877

e-mail: [info@ascrszow.pl](mailto:info@ascrszow.pl)

Krakowska Szkoła Capoeira UNICAR

Julia Niewola- Staszewska – Tigresa: tel. 668030102

e-mail: [julianiewola@gmail.com](mailto:julianiewola@gmail.com)

AKADEMIA SZTUKI  
**CAPOEIRA** 

