



21-31.08.2024

Łeba – Nord Camp

[www.tenis-tarnowo.pl](http://www.tenis-tarnowo.pl)

## KADRA

### Krzysztof Żarnowski

Licencjonowany instruktor tenisa ziemnego I klasy z wieloletnim doświadczeniem szkoleniowym i pedagogicznym pracujący wcześniej w klubach „Górnik” Bytom, „Legia” W-wa, „Varsovia” W-wa i klubach niemieckich. Od 2008 roku aktywnie zaangażowany w rozwój tenisa ziemnego i szkolenie dzieci w gminie Tarnowo Podgórze.

### Joanna Jaworska

Instruktorka tenisa, wychowanka TKS KROS Tarnowo Podgórze trenująca od ponad 12lat. Swoją pasją i doświadczeniem zdobytym na korcie dzieli się z dziećmi i młodzieżą. Studentka finansów i rachunkowości. Od dziecka związana również z karate i tenisem stołowym. Pasjonatka meczów piłkarskich oraz siłowni.

### Dorota Żarnowska

Doświadczony wychowawca obozowy i półkolonijny, nauczyciel języka angielskiego, od 20 lat etatowy wykładowca języka angielskiego uczący tak dorosłych, jak i dzieci.

### Mikołaj Gola

Trener tenisa, współpracował z czołowymi zawodnikami w Polsce, w tym z medalistami Mistrzostw Polski w kategoriach juniorskich. Jako zawodnik związany z klubem Promień Opalenica. Wielokrotny zwycięzca turniejów wojewódzkich i ogólnopolskich w singlu i w deblu. Pasjonat sportu, oprócz tenisa interesuje się sportami zespołowymi, w szczególności piłką nożną.

### Marek Żarnowski

Trener tenisa oraz przygotowania motorycznego, absolwent poznańskiej AWF. Od dziecka związany jest z piłką nożną i koszykówką. Oprócz tenisa jego pasją jest muzyka. Posiada doświadczenie w nauczaniu gry na instrumentach, nagrywania i komponowania utworów. Prowadzi treningi na wszystkich poziomach zaawansowania

## PROGRAM REKREACYJNY OBOZU

- wycieczka do Łeba Park, rejs statkiem po Bałtyku
- plażowanie nad morzem, gry terenowe: sztandary, nocna gra terenowa, podchody, grill obozowy na świeżym powietrzu z kielbaskami i karkówką, olimpiada sportowa,
- warsztaty pizzy, gry i zabawy ruchowe (zabawa z lukami, bumperball - zabawa w kulach)
- gry zespołowe (piłka nożna, siatkówka, koszykówka, frisbee ultimate itp.)
  - wyjście do parku wodnego Nord Camp
- żywe piłkarzyki z udziałem uczestników (zabawa 10 osób)
  - korzystanie z basenu
  - sztafeta Nord Camp – zabawa drużynowa
  - zajęcia kreatywne z elementami plastyki
  - dyskoteka, występ komika iluzjonisty

## PROGRAM TRENINGOWY OBOZU

- trening tenisowy 2-4 h dziennie w zależności od zaawansowania (realizowane najczęściej w dwóch blokach)
- treningi w niedużych grupach starannie dobranych pod względem umiejętności tenisowych
  - trening ogólnorozwojowy
  - gry i zabawy tenisowe
  - turnieje tenisowe
- gry zespołowe na świeżym powietrzu (piłka nożna, siatkówka, koszykówka, frisbee ultimate itp.)

**ZACHĘCAMY DO UDZIAŁU  
W OBOZIE DZIECI I MŁODZIEŻ  
GRAJĄCE W TENISA, ALE I OSOBY  
ZUPEŁNIE POCZĄTKUJĄCE!!**

## ORGANIZATOR

Tenisowy Klub Sportowy  
KROS Tarnowo Podgórne



## INFORMACJA I ZAPISY

Recepcja Park Tenisowy Tarnowo  
biuro@pttarnowo.pl • tel 785 554 960

Dokumenty do pobrania  
(karta kwalifikacyjna + regulamin)  
przez aplikację ActivNow  
lub ze strony [www.tenis-tarnowo.pl](http://www.tenis-tarnowo.pl)

Kartę kwalifikacyjną i regulamin można przesłać  
w formie skanu lub innego nośnika na adres  
biuro@pttarnowo.pl albo dostarczyć oryginał  
bezpośrednio do Parku Tenisowego Tarnowo,  
ul. Zachodnia 7 w Tarnowie Podgórny.

Obóz będzie zgłoszony i zatwierdzony  
przez Kuratorium Oświaty w Poznaniu.

# ŁEBA NORD CAMP

**21-31.08.2024 (10 DNI)**

## ZAKWATEROWANIE

Ośrodek Wczasowo-Rekreacyjny NORD CAMP  
Żarnowska k. Łeby

## WYŻYWIENIE

3 posiłki dziennie : śniadanie, obiad, kolacja.  
Śniadania i kolacje w formie szwedzkiego stołu.



**CENA  
3150 zł**

(cena zawiera przejazd autobusem w obie strony)

Istnieje możliwość wpłaty w trzech ratach:

**I rata 900 zł** do 7 dni od momentu zapisania dziecka na obóz  
*jest to potwierdzenie udziału dziecka w obozie*  
**II rata 1100 zł** do 10.05.2024r., **III rata 1150 zł** do 10.07.2024r.

*W przypadku rezygnacji po 01.07.2024, nie ma możliwości odzyskania I raty  
W przypadku rezygnacji po 01.08.2024, nie ma możliwości odzyskania II raty*

Zapisy i wpłaty można zrealizować przez  
aplikację ActivNow lub zapisać się na  
stronie [www.tenis-tarnowo.pl](http://www.tenis-tarnowo.pl) i dokonać  
wpłaty przelewem.

Tenisowy Klub Sportowy KROS  
ul. Krokusowa 5, 62-080 Tarnowo Podgórne  
nr rachunku Alior Bank  
**14 2490 0005 0000 4530 9316 7651**  
(z dopiskiem obóz ŁEBA)



# ŁEBA

Łeba piękna nadmorska miejscowość położona  
jest w północnej części powiatu Lęborskiego  
pomiędzy jeziorami Łebsko i Sarbsko, przy  
ujściu rzeki Łeby do Morza Bałtyckiego w  
otulinie lasów Słowińskiego Parku Narodowego  
oraz Rezerwatu Mierzei Sarbskiej.

## OBIEKTY SPORTOWE

Ośrodek dysponuje bardzo bogatą bazą rekreacyjno-sportową  
z zapleczem do organizacji zajęć sportowych na ogrodzonym  
terenie ponad 3 500 m<sup>2</sup>, do której należą:  
10 otwartych kortów tenisowych, 3 boiska do siatkówki,  
2 boiska Street Ball, 1 boisko do piłki nożnej, 2 baseny:  
głębokość do 1,2 m, głębokość do 1,7 m

## CENA ZA OBÓZ OBEJMUJE

- zakwaterowanie i wyżywienie,
- ubezpieczenie NNW na 20 000zł,
- przejazd autobusem na miejsce i z powrotem,
- szkolenie tenisowe i ogólnorozwojowe,
- opiekę wychowawców,
- wynajęcie kortów
- korzystanie ze sprzętu sportowego (rakiety tenisowe, piłki i inne akcesoria)
- realizację programu rekreacyjnego (gry sportowe/drużynowe, gry terenowe)
- koszty związane z wycieczkami
- upominki i nagrody turniejowe
- konkursy