



AKADEMIA PIŁKARSKA

ROZWÓJ KATOWICE

OBÓZ STACJONARNY ROZWÓJ KATOWICE – PÓŁKOLONIE LATO 2022 **KATOWICE, 08-12.08.2022, KOSZT: 590 ZŁ, TERMIN PŁATNOŚCI: 31.07.2022**

DZIEŃ I (08.08.2022 – PONIEDZIAŁEK)

7:30 – 8:00 – przybycie zawodników na obiekt i przygotowanie się do zajęć **Katowice, ul. Boya-Żeleńskiego 96c**
8:00 – 9:15 – trening piłkarski grupa A, trening motoryczny grupa B
9:30 – 9:45 – drugie śniadanie i czas na przebranie się na trening
9:45 – 11:00 – trening piłkarski grupa B, trening motoryczny grupa A
11:00 – 11:15 – czas na przebranie się i przygotowanie do transferu
11:15 – 11:30 – transfer na halę sportową
11:30 – 12:30 – gry i zabawy integracyjne
12:30 – 13:00 – obiad
13:00 – 14:15 – spacer w Parku Kościuszki
14:15 – 14:30 – przygotowanie do treningów
14:30 – 15:15 – trening piłkarski grupa A, trening motoryczny grupa B
15:00 – 16:00 – trening piłkarski grupa B, trening motoryczny grupa A
16:00 – 16:30 – odbiór dzieci przez rodziców **Katowice, ul. Mikołowska 131**

DZIEŃ II (09.08.2022 – WTOREK)

7:30 – 8:00 – przybycie zawodników na obiekt i przygotowanie się do zajęć **Katowice, ul. Boya-Żeleńskiego 96c**
8:00 – 9:15 – trening piłkarski grupa A, trening gimnastyczny grupa B
9:30 – 9:45 – drugie śniadanie i czas na przebranie się na trening
9:45 – 11:00 – trening piłkarski grupa B, trening gimnastyczny grupa A
11:00 – 12:00 – czas na przebranie się i transfer do Galerii „Liberio”
12:00 – 15:30 – obiad w restauracji „Food and Ball” oraz film w Kinie „Helios”
15:30 – 16:00 – powrót na halę
16:00 – 16:30 – odbiór dzieci przez rodziców **Katowice, ul. Mikołowska 131**

DZIEŃ III (10.08.2022 – ŚRODA)

7:30 – 8:00 – przybycie zawodników na obiekt i przygotowanie się do zajęć **Katowice, ul. Boya-Żeleńskiego 96c**
8:00 – 9:15 – trening piłkarski grupa A, trening motoryczny grupa B
9:30 – 9:45 – drugie śniadanie i czas na przebranie się na trening
9:45 – 11:00 – trening piłkarski grupa B, trening motoryczny grupa A
11:00 – 11:15 – czas na przebranie się i przygotowanie do transferu
11:15 – 12:30 – transfer na halę sportową i odpoczynek
12:30 – 13:00 – obiad
13:00 – 13:45 – gry i zabawy integracyjne
13:45 – 16:00 – wyjście na basen „Brynów”
16:00 – 16:30 – odbiór dzieci przez rodziców **Katowice, ul. Kościuszki 104**

DZIEŃ IV (11.08.2022 – CZWARTEK)

7:30 – 8:00 – przybycie zawodników na obiekt i przygotowanie się do zajęć **Katowice, ul. Boya-Żeleńskiego 96c**
8:00 – 9:15 – trening piłkarski grupa A, trening gimnastyczny grupa B
9:30 – 9:45 – drugie śniadanie i czas na przebranie się na trening
9:45 – 11:00 – trening piłkarski grupa B, trening gimnastyczny grupa A
11:00 – 12:00 – czas na przebranie się i transfer do Galerii „Liberio”
12:00 – 13:00 – obiad w pizzerii „Pizza Hut”
13:00 – 15:30 – wizyta w sali zabaw „Koko Planeta Łobuziaków”
15:30 – 16:00 – spacer na halę
16:00 – 16:30 – odbiór dzieci przez rodziców **Katowice, ul. Mikołowska 131**

DZIEŃ V (12.08.2022 – PIĄTEK)

7:30 – 8:00 – przybycie zawodników na obiekt i przygotowanie się do zajęć **Katowice, ul. Mikołowska 131**
8:00 – 9:30 – trening piłkarski grupa A, trening motoryczny grupa B
9:30 – 10:00 – drugie śniadanie i czas na przebranie się na trening
10:00 – 11:30 – trening piłkarski grupa B, trening motoryczny grupa A
11:30 – 12:30 – gry i zabawy integracyjne
12:30 – 13:00 – obiad
13:00 – 13:45 – odpoczynek i przygotowanie do turnieju
13:45 – 15:30 – turniej piłki nożnej na zakończenie obozu
15:30 – 16:00 – zakończenie obozu
16:00 – 16:30 – odbiór dzieci przez rodziców **Katowice, ul. Mikołowska 131**