

TENISKI KAMP BOVEC 2010

U SARADNJI SA TENISKIM KLUBOM «STEP IN» Beograd

Polasci iz Beograda su 02. i 09. jula 2010. sa opcijom za smenu 16.07 i 23.07 u slučaju interesovanja

Bovec je jedan od bisera Julijskih Alpi. Nalazi se na prosečnoj nadmorskoj visini od 434m, lociran blizu tromedje Slovenije sa Italijom i Austrijom. Lepotu samog mesta upotpunjuje reka Soča u čijoj se dolini i nalazi, kao i blizina Nacionalnog Parka Triglav i Kranjske Gore. Jedan je od najpoznatijih letnjih i zimskih turističkih centara a zanimljivo je da je pod uticajem blage primorske klime što u kombinaciji sa nadmorskom visinom stvara idealne okolnosti za visinski odmor.

Program se realizuje u saradnji sa teniskim klubom «Step In» iz Beograda koji je zadužen za organizaciju stručnog sportsko-tehničkog dela programa (program je u prilogu u daljem tekstu) www.tkstepin.com

Program puta:

1.dan Sastanak grupe u petak u 21:45na trgu Slavija.Polazak u 22h. Noćna vožnja ka Sloveniji sa usputnim pauzama radi odmora i osveženja.

2.dan Dolazak u Bovec u prepodnevnom časovima. Smeštaj u sobe od 12h Ručak... Kraći odmor. Početak stručnog programa teniskog kampa

2-8 dan je realizacija programa teniskog kampa. Boravak je na bazi punog pansiona doručak-ručak-večera.

9.dan. Doručak. Pakovanje stvari i napuštanje soba do 10h. Povratak za Beograd. Dolazak u predvečernjim časovima

STRUČNI PROGRAM KAMPA: Tehnički i taktički aspekti tenisa, Rutina specifičnih vežbi udaraca, Trening u meč situacijama, Individualni program trakmičenja, Kondicione vežbe i Psihička priprema igrača

·2. DAN U 15:30 brifing sa trenerima kampa; 16-18h grupni rad – lakši trening. U 20:00h Večera. Kraća šetnja; 22h Odlazak na spavanje.

·3. i 4. DAN. U 7:30 budjenje; 08-09h doručak; 09-09:30 presvlačenje i odlazak na terene.09:30-10h kondiciono razgibavanje i zagrevanje; 10-12h treninzi (tehnika, dril, korpa..)13-14h ručak; 14-15:30h odmor; 15:30-16h razgibavanje i zagrevanje; 16-18h treninzi (taktika, igra na poene...); 18-19h priprema za večeru; 19:30-20:30 večera. 20:30-21:30 video projekcije i analize igre. 21:30-22:30 slobodno vreme.22:30 spavanje.

·5. DAN. 08:00 budjenje. 08:30-09:30 doručak; Pre podne: Vreme za slobodne aktivnosti uz pratnju trenera. Opcije: kupanje u bazenu u Hotelu Kanin, odlazak žičarom na planinski vrh Kanin koji se nalazi na granici sa Italijom, šetnja do reke Soče. Ručak. Od 16-18h treninzi. 19:30-20:30 Večera. 20:30-22:30 Slobodno vreme. 22:30 Spavanje.

·6. i 7. DAN. U 7:30 budjenje; 08-09h doručak; 09-09:30 presvlačenje i odlazak na terene. 09:30-10h kondiciono razgibavanje i zagrevanje; 10-12h treninzi (tehnika, dril, korpa..)13-14h ručak; 14-15:30h odmor; 15:30-16h razgibavanje i zagrevanje; 16-18h treninzi (taktika, igra na poene...); 18-19h priprema za večeru; 19:30-20:30 večera. 20:30-21:30 video projekcije i analize igre sa trenerima. 21:30-22:30 slobodno vreme.22:30 spavanje.

·8. DAN. U 07:30 budjenje. 08-09h doručak; 10-13h završni turnir po kategorijama. U 14h ručak. U 15:30-18h završni turnir; 19:30-21h oproštajna večera, dodela diploma i medalja. Zabava. Spavanje

Organizator kampa i treneri su:

Teniski klub “Step in” – organizator letnjeg teniskog kampa u Bovcu, Slovenija jula 2009. i zimskog teniskog kampa u Austriji u St.Kanzianu – Klopeiner See u januaru 2010. godine;

Aleksandra Šandor, Viši sportski trener-smer tenis, poseduje licencu teniskog trenera Teniskog Saveza Srbije ali i profesionalnu američku trenersku tenisku licencu PTR; trener u TK “Step in” i osnivač “Step In Tennis Kids” programa za najmlađe; trener i organizator prošlogodišnjeg kampa u Bovecu;

Vladimir Paunić, stipendista i dobitnik nagrade za najboljeg studenta-sportistu na američkom univerzitetu Prve divizije, igrajući u teniskom timu; glavni trener u TK “Step in” za takmičare u pionirskoj i juniorskoj konkurenciji; trener i organizator prošlogodišnjeg kampa u Bovecu;

Kontakt za bliže informacije i sugestije možete ostvariti sa trenerima putem e-poste na tkbovec@yahoo.com putem telefona 063/777-5005 Aleksandra Šandor, 062/853-0415 Vladimir Paunić ili na www.tkstepin.com

NAPOMENE:

1. Kamp je predviđen za decu uzrasta 8-18 godina svih nivoa teniskog znanja, od početnika do aktivnih takmičara, dok deca mlađja od 8 godina mogu biti uključena u specijalan metod učenja tenisa za početnike ali isključivo u pratnji roditelja.
2. U okviru kampa igrači će biti raspoređeni u različite grupe u zavisnosti od nivoa teniskog znanja i uzrasta.
3. Program se izvodi na 4 terena. U slučaju lošeg vremena u terminima treninga, treninzi će se obaviti u drugom terminu a u skladu sa vremenskim prilikama
4. Svi polaznici moraju obaviti testiranje nivoa znanja igre kao i da prilože lekarsko uverenje. Termin testiranja će biti naknadno obavljen na oficijalnom sajtu teniskog kluba “Step in”. Testiranje obavljaju treneri koji i vode kamp te je to dobra prilika za upoznavanje sa polaznicima i roditeljima. Lekarski pregled obavlja se u ordinaciji za sportsku medicinu na Tašmajdanu. Teniseri koji poseduju takmičarske licence izdate od Teniskog Saveza Srbije nisu u obavezi da donose lekarsku potvrdu s obzirom da je to i uslov za njihovu registraciju (u obavezi su da prilože fotokopiju legitimacije).
5. Svaki teniser na put treba da ponese: budilnik, patike za trčanje, ličnu tenisku opremu, mleko za sunčanje, 2 peškira, kapu za sunce, kupaći kostim
6. Teniski Klub «STEP IN» kao i Agencija Kalodoukas, organizator putovanja, insisitruju na sportskom ponašanju i dobrog disciplini. Sva kretanja u kampu moraju biti kontrolisana od strane trenera.

7. Smeštaj za roditelje moguće je izvršiti u hotelimu Kanin 3* ili u apart.hotelu Kaninska Vas. Podatke o hotelima možete naći u daljem tekstu
8. Više informacija o Bovcu možete naći na zvaničnom sajtu www.bovec.si

U cenu programa je uračunato:

1. Smeštaj u dvokrevetnim i trokrevetnim sobama u hotelu 3* «KANIN» (www.hotel-kanin.com) na bazi punog pansiona (doručak-ručak-večera samousluživanje buffet).
HOTEL Kanin*** se nalazi u centru Boveca, 100 metara udaljen od teniskih terena. Sve sobe su sa kupatilom, fenom, SATV, telefonom, sefom. U sklopu hotela je i zatvoren bazen, sauna, wellness i fitness centar, bar sa terasom, prostor za zabavu i animaciju.
TENISKI KOMPLEKS sadrži 4 teniska terena, svlačionice, teren za mini-golf, teren za odbojku na pesku, igralište za decu
2. Rad sa teniskim trenerima iz Srbije na teniskim terenima na zemljanoj podlozi
3. Medjunarodno zdravstveno putno osiguranje
4. Troškovi organizacije, realizacije programa sa svim boravišnim taksama

U cenu nisu uračunati

1. individualni troškovi putnika.
2. Prevoz na relaciji Beograd-Bovec-Beograd mini vanom ili mini busom (cena prevoza je 125eur po osobi)
3. Troškovi viziranja ukoliko putnik ne poseduje "novi crveni" biometrijski pasoš

CENA PROGRAMA je 430eur u dinarskoj protivvrednosti po prodajnom kursu za efektivu Vojvodjanske Banke na dan uplate.

Uplatu je moguće izvršiti gotovinski, čekovima, platnim karticama ili virmanskim uplatama i kreditima

* Prilikom prijave vrši se uplata od 40% vrednosti aranžmana a preostali deo plaća se najkasnije 10 dana pre polaska.

* Preostali deo moguće je platiti na odloženo plaćanje čekovima na 3 mesečne rate valutiranim čekovima koji se dostavljaju pred polazak sa datumom realizacije 30.06, 30.07, 30.08 2010 g.

Hotel Kanin 3* www.hotel-kanin.com nalazi se u centru Bovca, 100m od teniskih terena. Hotel ima 125 soba sa kupatilom, fenom, SATV, telefonom i sefom. U sklopu hotela je zatvoren bazen (dimenzija 8x16m sa temperaturom vode i vazduha konstantnih 30C, sauna), wellnes i fitness centar, bar sa terasom, prostor za zabavu i animaciju. Hotel je potpuno renoviran 2008g. (Usluga bazena je uračunata za goste hotela). Tel hotela: 05-3896880

Za roditelje koji bi došli u pratnju deteta može se uraditi rezervacija hotela.

Cena hotela je na bazi nocenja sa doručkom po osobi po danu:

50eur za sobu sa balkonom, 44 eur za sobu bez balkona.

Doplata za jednokrevetnu sobu je 15 eur dnevno. Dete u pratnji 2 odrasle osobe do 4 g. je gratis, dete do 12g ima popust 50% , III osoba starija od 12g ima popust od 10% ; Doplata za večeru je 6eur.

Hotel je PATS friendly što znači da možete povesti svog kućnog ljubimca uz prethodnu najavu i odobrenje hotela. Doplata za ljubimce je 6eur dnevno.

Hotel poseduje svoj wellnes i spa centar (detaljan cenovnik usluga možete naći na sajtu hotela i plaća se na licu mesta)

NOVO ZA ODRASLE: Teniski program za odrasle: kardio-tenis, sat vremena zabavnog i dinamičnog treninga u večernjem terminu za postizanje fizičke kondicije i smanjivanje telesne mase (130 eur za 7 dana)

Ljubitelji aktivnog odmora mogu predahnuti uz raznovrsnu ponudu aktivnih sportova.

RAFTING (www.socarafting.si, www.bovec-rafting-team.com) Onima koji žele da dožive lepotu reke Soče omogućeno je da sa stručnim instruktorima prodju rafting ili vožnje kanua delovima reke Soče

PLANINARSKE SETNJE Na Julijskim Alpima postoje brojne staze čime je oblast na meti velikog broja zaljubljenika u prirodu. Iskusni instruktori povešće Vas na poludnevne ili celodnevne šetnje najlepšim delovima Alpa. U sklopu samih Julijskih Alpa je i najviši vrh Slovenije Triglav www.bovec-sc.si

GOLF U mirnoj oblasti podno Bovca, razvija se novi golf centar na 9 rupa. Usled prelepog okruženja, čistog vazduha kao i visinske razlike, pružice Vam nezaboravan užitak www.golfbovec.si

Takodje možete uživati u **PARAGLAJDINGU** (www.boa.si) **JAHANJU** (www.alpinaction.it) kao i u mnogobrojnim drugim ponudjenim aktivnostima koje možete videti na sajtu Vašeg hotela Kanin.

Udaljenost Bovca od drugih lokacija: Villach (Austrija) 60km, Salzburg 245km, Graz 230km, Udine (Italija) 60km, Trst 130km, Venecija 198km, Ljubljana 142km, Kranjska Gora 45km, Bled 75km

Minimum tenisera za realizaciju kampa je 6, minimum za prevoz je 6. Agencija zadržava pravo promene programa kao i otkaza putovanja shodno uslovima o putovanju a najkasnije 5 dana pred polazak. Pre ili prilikom prijavljivanja obavezno se konsultujte sa putničkim agentom o neophodnoj dokumentaciji za viziranje te potražite svoj primerak opštih uslova putovanja koja su sastavni deo programa putovanja organizatora putovanja

Agencije Kalodoukas, Licenca OTP 138/2010 Cenovnik br.1

U Beogradu 30.03.2010

KALODOUKAS, Čubrina 5 Beograd,

Tel: 011/ 26-26-099; 069-26-26-099 Fax: 011/ 218-7771 www.kalodoukas.com