



### **TERMINY:**

I turnus 01.07 - 05.07.2024 r.

II turnus 05.08 - 09.08.2024 r.

III turnus 26.08 - 30.08.2024 r.

### **CENA:**

850 ZŁ

### **LOKALIZACJE:**

SP 257, ul. Podróżnicza 11  
oraz Ośrodek Hutnik

# **PÓŁKOŁONIE NA SPORTOWO**

## **LATO 2024**

# Półkolonie na sportowo

I turnus 01.07. 2024 r. - 05.07.2024 r.

II turnus 05.08.2024 r. - 09.08.2024 r.

III turnus 26.08.2024 r. - 30.08.2024 r.

**DLA DZIECI  
W WIEKU 5 - 12 LAT  
DLA DZIEWCZYNEK  
I CHŁOPCÓW**

Zadbaj o dobrą zabawę dla swojego dziecka



# Półkolonie na sportowo

## AKTYWNY WYPOCZYNEK DLA DZIECKA

Nasze półkolonie są formą grupowego wypoczynku dla dzieci w wieku od 5 do 12 lat. Organizowane są w czasie wakacji na terenie Warszawy. W ciągu dnia realizujemy nasz program odpowiadający wybranym przez Państwa półkoloniom.

W zależności od tematyki półkolonii dzieci mają zorganizowane przeróżne zajęcia sportowe, edukacyjne. Aktywnie spędzają czas, są pod stałą opieką, mają zapewnione wyżywienie – tak jak na obozie czy kolonii – jednak po południu są odbierane przez rodziców i wracają do domu.

Dzięki organizowanym półkoloniom dzieci spędzające wakacje w mieście bawią się z rówieśnikami, rozwijają się, uczą i oczywiście wypoczywają. Półkolonie nie tylko rozwiązują problem, co zrobić z dzieckiem, ale stwarzają wiele możliwości rozwoju dzieci poprzez połączenie zabawy z edukacją. Nasze wieloletnie doświadczenie oraz niekończące się pomysły sprawiają, że pobyt na półkoloniach FFK ACTIVE będzie wspomniany jeszcze przez długi czas.

**AKTYWNI I NA SPORTOWO Z DUŻĄ DAWKĄ FUN-U  
TO GWARANTUJEMY.**



# MIEJSCE

## MIEJSCE:

I turnus - 01.07 - 05.07.2024 r. oraz II turnus - 05.08 - 09.08.2024 r.  
**SZKOŁA PODSTAWOWA NR 257**

ul. Podróżnicza 11, Białoleka

**START PROGRAMU:** od 8:00

## **SZKOŁA PODSTAWOWA NR 257**

Szkoła znajduje się w dzielnicy Białoleka, gdzie jest bardzo dobra komunikacja, możliwość dojazdu autobusem bądź samochodem. Wszystko to zapewnia świetny dojazd, gdzie na miejscu jest cicha spokojna okolica. Na terenie szkoły nowo oddana do użytku infrastruktura sportowa. Spokojne i bezpieczne miejsce, gdzie dziecko może spędzić czas aktywnie i edukacyjnie oraz zadbać o swój rozwój fizyczny podczas półkolonii FFK.

## **INFRASTRUKTURA SPORTOWA OBIEKTU**

Nowe Hala Sportowa w pełni wyposażona oraz boisko ze sztuczną trawą o wymiarach 45 x 80 m. z podziałem na cztery sektory. Boiska wielofunkcyjne do gry w piłkę ręczną, koszykówkę i do gier zespołowych.

## **W POBLISKIEJ OKOLICY DO DYSPOZYCJI**

Basen Polonez, Hangar 646, Galeria Północna, Park Henrykowski



# MIEJSCE

## MIEJSCE:

III turnus - 26.08 - 30.08.2024 r. - OŚRODEK HUTNIK

ul. Marymoncka 42, Bielany

**START PROGRAMU:** od 26.08.2024 r. od 8:00

## OŚRODEK HUTNIK

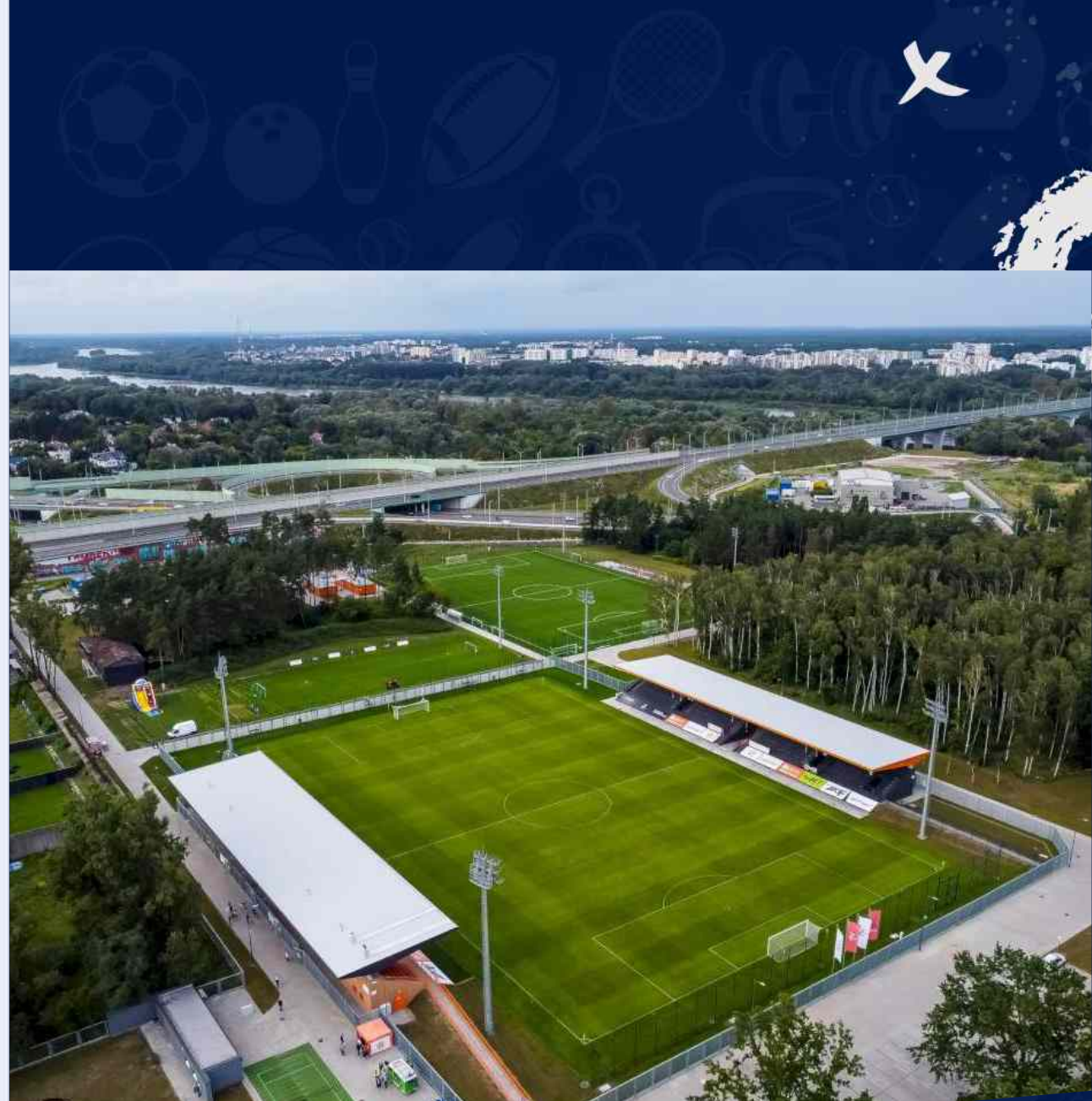
nowoczesny kompleks sportowy m. st. Warszawy z całoroczną bazą treningową dla piłkarzy i kortami tenisowymi. Obiekt pięknie położony, w centrum zielonych Bielany, blisko Wisłostrady, otwarty na potrzeby aktywnych Warszawiaków.

## INFRASTRUKTURA SPORTOWA OBIEKTU

boisko główne pełnowymiarowe o naturalnej nawierzchni. 2 boiska treningowe z licencją MZPN z nawierzchnią z trawy syntetycznej, 4 korty tenisowe z nawierzchnią z mączki ceglanej, zaplecze szatniowo-sanitarne dostępny parking na terenie obiektu, spokojne i bezpieczne miejsce, gdzie dziecko może spędzić czas aktywnie oraz zadbać o swój rozwój fizyczny podczas półkolonii FFK.

## W POBLISKIEJ OKOLICY DO DYSPOZYCJI

Basen, AWF WARSZAWA, Kręgle Bemowo, Hangar 646, Galeria Młociny



# PLAN DNIA

## PRZYKŁADOWY PLAN DNIA PONIEDZIAŁEK.

1. Przywożenie Dzieci – od 8:00 do 9:00 - rejestracja uczestników, zebranie dokumentów
2. I Blok treningowy – od 9:00 do 10:30 / Trening Piłkarski (MIEJSCE - BOISKO PIŁKARSKIE)
3. II śniadanie – od 10:30 do 11:00
4. Sesja warsztatowa - od 11:15 do 13:00 / Teoria: Żywnienie Małego Sportowca + Omówienie zasad i regulaminu 45 min (MIEJSCE - SALKA KONFERENCYJNA)
5. Obiad – od 13:00 do 14:00
6. II Blok treningowy – od 14:00 do 15:30 / Turniej holenderski MINI EURO (MIEJSCE - BOISKO PIŁKARSKIE)
7. Posiłek regeneracyjny – od 15:30 do 16:00
8. Odbiór Dzieci – od 16:00 do 17:30 / Gry i zabawy ruchowe na terenie obiektu



# PROGRAM

## 5 dni treningowych

### Dwa zajęcia treningowe dziennie w tym:

Treningi piłkarskie z podziałem na grupy  
Autorskie Testy Umiejętności Piłkarskich FFK  
Grywalizacja - Festiwal Małych Gier Piłkarskich  
Mini Euro  
Zajęcia FFK PRO - Treningi zindywidualizowane z podziałem na małe grupy według predyspozycji zawodników  
Zajęcia sprawnościowe - MULTISPORT  
Zajęcia Relaksacyjne - SPORT W DECHE

### Zabawy integracyjne, atrakcje dodatkowe

Podczas pobytu dwa wyjścia:  
Basen oraz Park Trampolin / Park linowy  
konkursy, gry sprawnościowe i edukacyjne  
Testy sprawnościowe  
Warsztaty TEORETYCZNO-PRAKTYCZNE:  
1. Trening mentalny  
2. dietetyka - prawidłowe odżywianie  
3. Teleturniej sportowy



# OFERTA PÓŁKOLONII OBEJMUJE

**UPOMINKI / NAGRODY** - dyplom ukończenia półkolonii wraz z pamiątkowym zdjęciem. Nagrody za poszczególne konkurencje podczas trwania półkolonii.

**WYŻYWIENIE** - Dieta składająca się z 3 posiłków dziennie. Dostosowanie diety na życzenie np. wegetariańska, bezglutenowa

**OPIEKA** - opieka wychowawców od 8:00 do 17:00

**UBEZPIECZENIE** - NNW i OC

**PROGRAM** - podczas półkolonii obejmuje II bloki treningowe oraz I blok warsztatów teoretycznych dziennie, program przepełniony atrakcjami

**ATRAKCJE DODATKOWE, ZABAWY INTEGRACYJNE** - FUN-magedon, Bitwa na nerfy, wyjście na basen, wyjście na trampoliny lub park linowy, gry planszowe, gry i zabawy na świeżym powietrzu

## **DODATKOWO**

Woda na trening do dyspozycji zawodników

Konkursy z nagrodami - upominki: koszulki, czapki,

Certyfikat ukończenia półkolonii

Opieka medyczna

Fotoreportaż z każdego dnia (dostęp on-line)

Grupa on-line do bieżącej komunikacji





# PŁATNOŚCI

## JAK ZAREZERWOWAĆ MIEJSCE?

### Wpłaty dokonujemy na konto bankowe

FFK Sport Sp. z o.o.

ul. Jasiniec 3/2

03-290 Warszawa

nr konta: 03 1240 6292 1111 0011 1282 9165

Tytułem:

Imię i nazwisko dziecka / dopisek: PÓŁKOLONIE LATO 2024

### Wpłat dokonujemy ratami:

I rata - zaliczka w wysokości 400 zł od osoby płatna w chwili zgłoszenia

II rata - pozostała kwota na 7 dni przed wybranym turnusem

**CENA: 850 zł / osoba**



# ZAPISY NA PÓŁKOLONIE

## JAK MOGĘ SIĘ ZAPISAĆ?

Zgłoszenia dokonujemy poprzez uzupełnienie i wysłanie formularza na stronie internetowej [www.obozy.ffksport.pl](http://www.obozy.ffksport.pl) w zakładce **ZAPISY** wybierając odpowiednią nazwę obozu i termin.

### DOKUMENTY

Po dokonaniu zapisu zostanie wysłana na podanego maila w zgłoszeniu umowa, regulamin oraz karta kwalifikacyjna.

Dokumenty należy dostarczyć drogą mailową w ciągu 7 dni od dokonania zgłoszenia na adres [obozy@ffksport.pl](mailto:obozy@ffksport.pl) a oryginał dokumentów przekazać organizatorowi w dniu wyjazdu.

### Skontaktuj się z nami

FFK SPORT SP. Z O.O.  
ul. Jasiniec 3/2  
03-290 Warszawa

tel.: 538 406 209  
[biuro@ffksport.pl](mailto:biuro@ffksport.pl)  
[www.obozy.ffksport.pl](http://www.obozy.ffksport.pl)

