



# ЛЕТНИЙ ВОРОНЕЖСКИЙ ЛАГЕРЬ ТСУ ШИН ГЕН 2020



## 1. ЛАГЕРЬ ПРОВОДЯТ:

Сенсей Горшков Виктор Евгеньевич (4 Дан), Сенсей Сомова Анна Александровна (3 Дан).

## 2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:

- Организация активного летнего отдыха для спортсменов и их родителей
- Популяризация здорового образа жизни.

3. **МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:** База отдыха «Тамань» (Анапский район). На территории базы: несколько спортивных площадок; игровые помещения; детский игровой комплекс; детская комната с телевизором; два батута; кафе-бар; бильярдная; 70 метров до моря (песочный пляж).

## 3. СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ:

**15.06.2020 г. – заезд, 25.06.2020 г. – отъезд.**

## 4. ПРОГРАММА ЛАГЕРЯ:

- 1) утренние и вечерние тренировки по Ашихара-каратэ, ТСУ Шин Ген ММА,
- 2) силовые тренировки,
- 3) спортивные игры.

5. **Питание:** трехразовое в столовой на 150 мест. Отдельный фуршетный стол со сладостями и зеленью - дополнение к обеду, завтраку и ужину.

6. **Стоимость путёвки:** с 13 лет и взрослые - 17000 р. До 12 лет – 15000 р. При бронировании до 27 февраля. Обязательна предоплата в размере: с 13 лет и взрослые – 3000 р., до 12 лет - 2500 р. В путёвку входят: проживание, питание, тренировки, пешие экскурсии.

7. Добраться в лагерь можно самостоятельно или организованной группой на заказном автобусе или поезде. Проезд не входит в стоимость путёвки.

8. В лагере могут принять участие все желающие.

**Спортсменам,** принимающим участие в тренировках при себе иметь кимоно, боксерские перчатки, накладки на руки, защиту на ноги, обувь для бега.

9. Вопросы и заявки:

Сомова Анна Александровна 8-905-052-10-35, [somova13@mail.ru](mailto:somova13@mail.ru)

Данное положение является официальным приглашением в лагерь.