ДОБРЕ ДОШЛИ НА ЛЕТНИЯ СПОРТЕН ЛАГЕР ПО ФЕХТОВКА!
„НИЕ СЕ ЗАБАВЛЯВАМЕ И ТАКА ПОБЕЖДАВАМЕ!”

Летният спортен лагер е организиран за всички желаещи да тренират фехтовка (шпага) и да се забавляват пълноценно.

Летният спортен лагер ще се проведе от 13-20 август 2026г в комплекс Аквалайф – гр. Кранево

Организатор на лагера е клуб по фехтовка „София”.
Участниците в лагера ще бъдат разделени по възраст и ниво на напредналост, като всяка група ще има лицензиран треньор, с който ще следва общата програма

Програмата на летния фехтовален лагер е балансирана и включва, както повишаване на спортната форма, чрез активни занимания с фехтовка, така и пълноценен отдих, чрез умелото съчетаване на природните дадености на морския бряг.

В програмата са включени съпътстващи дейности - като различни групови занимания за сплотяване на отбора, състезателни игри и забавления.

Екипът на клуб „София” се ръководи от мотото „Ние се забавляваме и така побеждаваме!”, с помощта на което създава неповторима атмосфера в организирането и реализирането на своите проекти.

Клуб „София” вярва, че доброто и позитивно настроение е пътят към успехите, както в спорта, така и в живота!

Летният спортен лагер 2026 е една невероятна възможност за младите фехтовачи да се заредят с позитивни емоции, да се докоснат до магията на спорта и професионализма на нашите треньори!

Очакваме ви, за да изживеем тези незабравими емоции заедно , защото:
„Ние се забавляваме и така побеждаваме!”

ВАЖНИ КОНТАКТИ:

Даниел Бояджиев – главен треньор: тел: +359 888 964812, e-mail: dani_db@abv.bg
Милен Марков - треньор: тел: +359 888233075
Камена Цанева: тел: +359 899906488, e-mail: kamena@multimedia-bg.net

СПИСЪК НА НЕОБХОДИМИТЕ ДОКУМЕНТИ:

1. Лична карта/ ученическа карта
2. Медицинска застраховка
3. Телефонен номер на родител
4. Телефонен номер на личния лекар

ЗАДЪЛЖИТЕЛНИ ФОРМУЛЯРИ, ПОДПИСАНИ ОТ СПОРТИСТА И РОДИТЕЛЯ/ НАСТОЙНИКА

1. Правила на лагера
2. Фотографиране и видеозаснемане

Подписаните гореизброени формуляри е препоръчително да се представят до 15.07.2026 г (при изключителни случаи при настаняването в хотел “Аквалайф”)

ПРАВИЛА НА ЛАГЕРА:

Организаторите на летния фехтовален лагер поемат отговорността да осигурят безопасност и пълноценен тренировъчен и възстановителен процес на всички спортисти, участници в лагера.
Спортисти, които многократно не спазват правилата, ще бъдат изключени от лагера и незабавно изпратени обратно у дома за собствена сметка и без възстановяване на суми за пропуснати дни.

Моля, отделете малко време, за да прегледате правилата с детето си преди лагера.

1. Използването на мобилни телефони по време на тренировките е забранено.
2. Мобилните телефони могат да се използват в хотела, по време на хранене и в определените часове за лично време.
3. Фехтовачите трябва да се запознаят с графика и да посещават всички мероприятия от програмата, като не допускат закъснения за заниманията.
4. Фехтовачите трябва да изпълняват разпорежданията на ръководството (екипа) на лагера, както и персонала на комплекса, да бъдат любезни и учтиви по всяко време.
5. Фехтовачите винаги трябва да се движват със своята група и треньор, когато преминават от мястото на провеждане на едно занимание към друго.
6. Всеки фехтовач е отговорен за личните си вещи и фехтовалната му екипировка да е подредена и чиста преди и след заниманията, както и да е безопасна по време на тренировките.
7. Никой не може да напуска хотела, освен ако няма основателна причина за това, но задължително след разрешението на Главния треньор на лагера.

8. Участниците в лагера трябва да се съобразяват с другите гости в хотела и да не пускат силна музика, да пазят тишина - особено в следобедните часове във времето определено за почивка, както и след 22,00 часа.
9. Забранено е притежаването и консумацията на нелегални вещества, цигари или алкохолни напитки
10. При евентуално здравословно неразположение, спортистът трябва незабавно да информира главния треньор или член от екипа на лагера

ПРАВИЛА ЗА ЗАЛАТА ПО ФЕХТОВКА

1. Използвайте правилно и безопасно фехтовалното си оборудване и екипировка по време на лагера.
2. Дръжте върха на шпагата си, насочен към пода винаги, когато не правите упражнения или не се фехтовате.
3. Уверете се, че сте направили загрявката си ефективно и сте готови за тренировката.
4. Съхранявайте оборудването си подредено и чисто по всяко време.
5. Уверете се, че носите достатъчно минерална вода за хидратиране по време на заниманията.
6.След тренировка винаги правете упражненията за разтягане бавно.

НЕОБХОДИМА ЕКИПИРОВКА:

1. СПЕЦИАЛНА ЕКИПИРОВКА:
Уверете се, че имате пълен комплект изправна индивидуална фехтовална екипировка, която ще ви е необходима за тренировките по време на лагера, включващ:
маска (мин 350 N)
фехтовален екип-горнище и долнище (мин 350 N)
фехтовален пластрон (мин 350 N)
пластмасов протектор
фехтовална ръкавица
чорапи за фехтовка
две (2) електрифицирани шпаги (за U12 шпаги номер 0-2 с малък гард, за U15 и U 18 шпаги номер 5)
два (2) фехтовални шнура
фехтовални маратонки (маратонки за зала),

2. ДОПЪЛНИТЕЛНА ЕКИПИРОВКА:
Чорапи (1 чифт на ден)
Тениски за тренировките (минимум по 2 на ден)
Къси панталони
Топли дрехи (анцунг, суичер, яке)
Обувки/ маратонки за извън залата

3. ДРУГИ:
Раница, (плажна чанта)
Бутилка за вода
Слънчеви очила
Джапанки
Слънце защитен крем
Шапка
Бански костюм
Плажна кърпа
Комплект с лекрства от първа необходимост

ДОПЪЛНИТЕЛНА И ВАЖНА ИНФОРМАЦИЯ:

1. График на заниманията - Програмата и графика ще бъдат дадени лично на всеки при пристигането му в комплекса и ще бъдат поставени на видно място във фоайето на хотела.Моля следете ежедневно за евентуални промени и актуализиации.

2. Питейна вода – въпреки, че водата от чешмата, като цяло е безопасна за пиене, препоръката ни е да използвате минерална вода по време на целия лагер.
В ресторанта на хотела и в залата ще има поставени диспенсери с минерална вода, от които ще можете да си наливате в личните бутилки

3. Басейн - използването на плувните басейни ще бъде осъществено по график, и ще се извършва само под наблюдението на треньор или служител. Индивидуалното използване на басейните не е позволено.

4. Фитнес център - използването на съоръженията във фитнес центъра ще бъде осъществено по график в организирани групи и ще се извършва само в присъствието на треньор. Индивидуалното използване на съоръженията във фитнес центъра не е позволено.

5. Плаж – ходенето на плаж на морския бряг се осъществява по график и ще се извършва само под наблюдението на треньор или служител. Индивидуалното ходене на плаж не е позволено. На разположение на участниците в лагера има опрделена плажна ивица с чадъри и шезлонги.

Прочетохме, запознати сме и приемаме горните правила:

_____Подпис:_____
Име и фамилия на фехтовача

_____ Подпис:_____
Име и фамилия на родителя/ настойник

Дата: _____