

WAKACJE Z OSIR 2017

(projekt zajęć i wydarzeń sportowych)

Lp.	Zajęcia/wydarzenie	Krótki opis	Uwagi	Termin
1.	MAŁY SKIPPER	Szkolenie podstawowe z żeglarstwa dla dzieci i młodzieży szkolnej prowadzone w formie otwartych zajęć w Ośrodku Żeglarskim nad Zalewem Arkadia, dwa turnusy po tygodniu.	Zajęcia bezpłatne, wiek uczestników 10 – 12 lat, liczba miejsc ograniczona, zapisy.	<ul style="list-style-type: none"> • zajęcia w lipcu: 7 – 11.08, godz. 10:00 – 13:00 – I turnus • zajęcia w sierpniu: 14 – 18.08, godz. 10:00 – 13:00 – II turnus
2.	MOJA DROGA DO TOKIO	Zajęcia ogólnorozwojowe z wybranych dyscyplin lekkiej atletyki prowadzone w formie zabawy przez instruktora na stadionie lekkoatletycznym, przez całe wakacje.	Zajęcia bezpłatne, wiek uczestników 9 – 12 lat, zajęcia otwarte.	<ul style="list-style-type: none"> • zajęcia od 05.07 do 25.08, w każdą środę i piątek w godzinach 10:00 – 12:00
3.	MINI TOUR	Cykl czterech wycieczek rowerowych szlakiem Green Velo oraz ścieżkami Wigierskiego Parku Narodowego i Suwalskiego Parku Krajobrazowego. Uczestnicy muszą posiadać własny rower oraz kask.	Zajęcia bezpłatne, wiek uczestników 11 – 15 lat, liczba miejsc ograniczona, zapisy.	<ul style="list-style-type: none"> • wyjazdy w lipcu: 5.07; 19.07; • wyjazdy w sierpniu: 9.08; 23.08, godz. 9:30 – 14:00
4.	SUWALSKA AKADEMIA TENISA ZIEMNEGO	Zajęcia z tenisa ziemnego prowadzone przez instruktora, na kortach OSiR. Zajęcia prowadzone będą w dwóch grupach wiekowych: U13, U16.	Zajęcia bezpłatne, wiek uczestników 8 – 16 lat, liczba miejsc ograniczona, zapisy	<ul style="list-style-type: none"> • zajęcia w lipcu: 11, 13, 18, 20, 25, 27.07 • zajęcia w sierpniu: 1, 3, 8, 10, 17, 22, 24, 29, 31.08 - U13 godzina 10:00 - 12:00 - U16 godzina 12:00 - 14:00
5.	ANIMACJE SPORTOWE NA WESOŁO	Cykl mini festynów sportowo – rekreacyjnych nad Zalewem Arkadia.	Zajęcia bezpłatne, wiek uczestników do lat 12, zajęcia otwarte.	<ul style="list-style-type: none"> • zajęcia w lipcu i sierpniu (każdy czwartek): 06.07; 13.07; 20.07; 27.07; 03.08; 10.08; 17.08; 24.08;

				31.08 godzina 10:00 – 14:00
6.	SUWAŁKI BEACH SOCCER CUP	Turniej piłki nożnej plażowej dla dzieci i młodzieży szkolnej rozgrywany na Suwałki Beach Arena. Turniej rozegrany zostanie w dwóch kategoriach wiekowych: U12, U15. Drużyny sześciuosobowe.	Zajęcia bezpłatne, wiek uczestników do 15 lat, bez ograniczeń, zapisy	<ul style="list-style-type: none"> • turniej w sierpniu: 18.08. godz. 10:00 – 15:00
7.	SUMMER CUP	Turniej siatkówki plażowej dla dzieci i młodzieży szkolnej rozgrywany na wybudowanej w ramach budżetu obywatelskiego Suwałki Beach Arena. Turniej rozegrany zostanie w dwóch kategoriach wiekowych: U15, U18 wg. zasad siatkówki plażowej.	Zajęcia bezpłatne, wiek uczestników do 18 lat, bez ograniczeń, zapisy	<ul style="list-style-type: none"> • turniej w lipcu: 21.07 godz. 10:00 – 15:00
8.	AKADEMIA PIŁKI SIATKOWEJ ZE ŚLEPSKIEM SUWAŁKI	Zajęcia prowadzone na boiskach do siatkówki plażowej przy Zalewie Arkadia.	Zajęcia płatne, bez ograniczeń, zapisy.	<ul style="list-style-type: none"> • zajęcia w lipcu i sierpniu: każdy poniedziałek, wtorek, czwartek i piątek, godz. 9:00 – 16:00
9.	ZORIENTOWANI	Cykl dwóch zawodów w biegach na orientację organizowanych w warunkach leśnych (tzw. Zielony Punkt Nadleśnictwa w Suwałkach) Nauka czytania mapy oraz orientacji w terenie.	Zajęcia bezpłatne, wiek uczestników powyżej 9 lat, liczba miejsc ograniczona, zapisy	<ul style="list-style-type: none"> • zajęcia w lipcu: 24.07 • zajęcia w sierpniu: 21.08 godzina 10:00 – 14:00
10.	YOU CAN FLY	Otwarte zajęcia sekcji modelarstwa lotniczego prowadzone przez instruktora połączone z zawodami, które odbędą się na zakończenie programu, dwa turnusy tygodniowe na rozpoczęcie i zakończenie wakacji	Zajęcia bezpłatne, wiek uczestników powyżej 7 lat, bez ograniczeń, zajęcia otwarte	<ul style="list-style-type: none"> • zajęcia w sierpniu: 21 – 25.08.2017 godzina 10:00 – 14:00
11.	RING WOLNY	Otwarte zajęcia sekcji bokserskiej prowadzone przez trenera bosku.	Zajęcia bezpłatne, wiek uczestników powyżej 8 lat, bez ograniczeń, zajęcia otwarte	<ul style="list-style-type: none"> • zajęcia w sierpniu: 21 – 25.08.2017 oraz 28 – 31.08.2017 godzina 18:00 – 19:30

12.	DROGA NA SZCZYT	Cotygodniowe zajęcia na ścianie wspinaczkowej znajdującej się w hali OSiR.	Zajęcia bezpłatne, wiek bez ograniczeń, zajęcia otwarte.	<ul style="list-style-type: none"> • zajęcia w lipcu: 06.07, 27.07 • zajęcia w sierpniu: 10.08, 24.08 godzina 12:00 – 14:00
13.	AQUAPARK	Zajęcia rekreacyjne w Aquaparku. Warunkiem koniecznym uczestnictwa jest umiejętność pływania. Cztery wyjścia do Aquaparku, po dwa lipcu i sierpniu.	Zajęcia bezpłatne, wiek powyżej 10 lat, liczba miejsc ograniczona, zapisy	<ul style="list-style-type: none"> • zajęcia w lipcu: 7.07; 21.07; • zajęcia w sierpniu: 11.08; 25.08 godzina 11:00 – 13:00
14.	EUROFUTBOL – WYGRAJ Z NUDĄ	„EUROFUTBOL – Wygraj z nudą”, zajęcia z piłki nożnej prowadzone w dwóch kategoriach wiekowych na czterech boiskach przez instruktorów, raz na dwa tygodnie każdy z animatorów zobowiązany będzie do zorganizowania i przeprowadzenia turnieju piłki nożnej z nagrodami dla wszystkich uczestników projektu, zajęcia na boiskach ORLIK przy: SP 10, SP 6, SP 9, SP 11, SP 5.	Zajęcia bezpłatne, wiek bez ograniczeń,	<ul style="list-style-type: none"> • zajęcia w lipcu i sierpniu: od 03.07 do 27.08, codziennie od poniedziałku do piątku, godzina 10:00 – 13:00 oraz 15:00 – 18:00
15.	SPORTOWE ZAKOŃCZENIE WAKACJI	Event na zakończenie wakacji, który odbędzie się nad Zalewem Arkadia lub na Placu Marii Konopnickiej, wydarzenie skierowane do całych rodzin, rekreacyjno – sportowe.	Zajęcia bezpłatne, wiek bez ograniczeń, zajęcia otwarte.	<ul style="list-style-type: none"> • 27.08.2017 (niedziela)
16.	AQUAPARK – NAUKA PŁYWANIA	Gry i zabawy w wodzie z elementami nauki i doskonalenia pływania dla dzieci w wieku 6 – 16 lat, prowadzone w cyklu 5 – dniowym przez instruktorów pływania. Utworzone zostaną cztery grupy początkujące i jedna grupa doskonalenia pływania tygodniowo.	zajęcia płatne.	<ul style="list-style-type: none"> • I tura: 03.07 – 07.07.2017 • II tura: 17.07 – 21.07.2017 • III tura: 31.07 – 04.08.2017 • IV tura: 07.08 – 11.08.2017 <p>Godziny zajęć: - 2 grupy początkujące (gr. 15-osobowe, dzieci od 6 lat) 9:00 – 9:45</p>

				<p>- 2 grupy początkujące (gr. 15-osobowe, dzieci od 6 lat) 10:00 – 10:45</p> <p>- 1 grupa doskonalenia pływania (gr. 15-osobowe, dzieci od 6 lat) 11:00 – 11:45</p>
--	--	--	--	--