



TVIRTINU:
Lietuvos grapplingo federacijos
Prezidentas Kęstutis Smirnovas

TVIRTINAS;
Tarptautinės grapplingo federacijos
Prezidentė Gintarė Bubnytė-Smirnovienė

TVIRTINU:
VšĮ Sporto klubas „Faiteris“,
Direktorius Arnoldas Lukošius

TARPTAUTINĖ GRAPPLING SPORTO STOVYKLA

TIKSLAI IR UŽDUOTYS

Stovyklos tikslas populiarinti grapplingo imtynių sporto šaką tarp Lietuvos ir užsienio šalių sportininkų, skatinti sveiką gyvenimą ir rūpintis vaikų ir jaunimo užimtumu.

DATA IR VIETA:

Stovyklos data: 2024 m. rugpjūčio 18-22 dienos. Stovyklos trukmė: 5 d. Stovykla vyks adresu: Daukanto g. 33, Palanga (Viešbutis „Palangos Dailė“)

STOVYKLOS PROGRAMA

Stovyklos metu per penkias dienas bus pravestos aštuonios grapplingo imtynių treniruotės - seminarai, kurių metu sportininkai bus supažindinti su grapplingo imtynių subtilybėmis, kova stovėsenoje ir parteryje. Bus aiškinamos IGF grapplingo imtynių taisyklės. Seminarus ves aukštos klasės, turintys didelę patirtį treneriai ir pedagogai.

1.	Atvykimas	08-18. 15.00 iki 16.00
2.	Vakarinė treniruotė (bendra)	08-18. 17.00-18.30
3.	Vakarienė, poilsis	08-18. 19.00-21.00
4.	Pusryčiai	08-19. 8.00-9.00
5.	Rytinė treniruotė (vaikams)	08-19. 9.00-10.30
6.	Rytinė treniruotė (suaugusiems)	08-19. 10.30-12.00
7.	Pietūs	08-19. 13.00-14.00
8.	Vakarinė treniruotė (vaikams)	08-19. 15.00-16.30
9.	Vakarinė treniruotė (suaugusiems)	08-19. 16.30-18.00
10.	Vakarienė, poilsis	08-19.19.00-21.00
11.	Pusryčiai	08-20. 8.00-9.00
12.	Dan-Kyu egzaminai (salėja)	08-20. 9.00-13.00
13.	Rytinė treniruotė prie jūros(bendra)	08-20. 10.00-12.00
14.	Pietūs	08-20. 13.00-14.00
15.	Vakarinė treniruotė bendra (kovos)	08-20. 16.00-18.00
16.	Vakarienė, poilsis	08-20. 19.00-21.00
17.	Pusryčiai	08-21. 8.00-9.00
18.	Rytinė treniruotė vaikams	08-21. 9.00-10.30
19.	Rytinė treniruotė suaugusiems	08-21. 10.30-12.00
20.	Pietūs	08-21. 13.00-14.00
21.	Vakarinė treniruotė, (bendra) sertifikatų įteikimas	08-21. 16.00-18.00
22.	Vakarienė, poilsis	08-21.19.00-21.00
23.	Pusryčiai	08-22. 8.00-9.00
24.	Treniruotė (bendra)	08-22. 10.00-12.00
25.	Pietūs, išvykimas	08-22. 13.00-14.00

Treniruotės vyks be kimono ir su kimono! (GI ir NoGi)

APGYVENDINIMASIR MAITINIMAS

Dalyviai bus apgyvendinti Palangos viešbutyje "Palangos dailė", adresu Daukanto g. 33, Palanga.

Maitinimas 3 kartus dienoje, viešbučio "Palangos dailė" restorane.

REGISTRACIJA

Išankstinė registracija galima el. paštu lietuvosgrapplingfederacija@gmail.com arba **tel.nr.** +37067951525 Arnoldas Lukošiusas .+37064561005 Kęstutis Smirnovas. Išankstinė registracija bus patvirtinta tik gavus apmokėjimą už stovyklą..

Nepilnamečiai stovyklos dalyviai privalo turėti tėvų arba globėjų sutikimą/leidimą dalyvavimui. Visiems dalyviams rekomenduotina turėti draudimą.

ATVYKIMAS IR APMOKĖJIMAS

Dalyviai į stovyklą atvyksta patys adresu Daukanto g. 33, Palanga. Registracija į stovyklą vyks 2024 m. rugpjūčio mėn. 18 d. nuo 15:00 iki 16:00 val. Dienos dalyvio registracija bus vykdoma kiekvienos stovyklos dienos rytą nuo 8:00 iki 9:00 val.

Stovyklos kaina: 5 dienos - 300,00 eur., 1 diena be nakvynės ir maitinimo - 60,00 eur., su maitinimu – 90,00 eur

Apmokėti už stovyklą galima pavedimu į banko sąskaitą: **Lietuvos grapplingo federacija LT264010051001970289**

Visą reikalingą informaciją Jums suteiksime tel.nr. +37067951525 Arnoldas Lukošiusas .+37064561005 Kęstutis Smirnovas arba el. paštu lietuvosgrapplingfederacija@gmail.com