



Ενημερωτικό Πρόγραμμα

ΟΦΘ

SUMMER SAILING CAMP

- ✓ ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΙΣΤΙΟΠΛΟΪΑΣ
- ✓ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ

1Η ΠΕΡΙΟΔΟΣ: 17/06-21/06
2Η ΠΕΡΙΟΔΟΣ: 24/06-28/06
3Η ΠΕΡΙΟΔΟΣ: 01/07-05/07
4Η ΠΕΡΙΟΔΟΣ: 08/07-12/07

ΟΜΙΛΟΣ ΦΙΛΩΝ ΘΑΛΑΣΣΗΣ
ΛΕΩΦ. ΜΕΓ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ 10

ΓΙΑ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ
ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΗΣΤΕ ΣΤΟ: 6955410442 Ή
2310831333
WWW.OFTH.GR



SUMMER SAILING CAMP 2024 Όμιλος Φίλων Θαλάσσης

Ημέρες και ώρες λειτουργίας

Το CAMP θα πραγματοποιηθεί σε τέσσερις περιόδους:

1^η Περίοδος: 17/06 - 21/06/2024

2^η Περίοδος: 24/06 - 28/06/2024

3^η Περίοδος: 01/07 - 05/07/2024

4^η Περίοδος: 08/07 - 12/07/2024

Οι ημέρες λειτουργίας είναι Δευτέρα-Παρασκευή

Μπορείτε να δηλώσετε συμμετοχή σε όποια περίοδο επιθυμείτε ή και σε περισσότερες από μία περιόδους.

Ώρα προσέλευσης: 8:00

Ώρα αναχώρησης: 15:00

Αν υπάρχει κάποιος προβληματισμός σχετικά με την ώρα άφιξης και αναχώρησης, παρακαλώ να ενημερώσετε προσωπικά την υπεύθυνη προπονήτρια.

Δικαίωμα Συμμετοχής

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν παιδιά στις τάξεις του δημοτικού και στις πρώτες τάξεις του γυμνασίου.

Πρόγραμμα

Πρόκειται για ένα ιστιοπλοϊκό camp από το οποίο ένα παιδί μπορεί να λάβει τη βασική γνώση ιστιοπλοΐας. Το καθημερινό πρόγραμμα σχετικά με την ιστιοπλοΐα περιλαμβάνει:

- Προπόνηση ιστιοπλοΐας στη θάλασσα
- Οργανωμένη θεωρία με παρουσιάσεις και βίντεο
- Ναυτιλία
- Εκμάθηση ναυτικών κόμπων
- Ιστιοπλοϊκά παιχνίδια



Εκτός από την ιστιοπλοΐα το πρόγραμμα περιλαμβάνει:

- Παιχνίδια
- Απασχόληση με SUP
- Διαδραστικό σεμινάριο διατροφής στην παιδική και προεφηβική ηλικία
- Γυμναστική για παιδιά

Παρακάτω θα δείτε ένα συνοπτικό πρόγραμμα μιας τυπικής ημέρας.

Ρουχισμός/Εξοπλισμός

- Απαραίτητος εξοπλισμός είναι τα σωσίβια τα οποία παρέχονται από τον όμιλο.
- Καλό είναι να φοράνε τα παιδιά καπέλα και αντηλιακό.
- Συνιστώνται καλοκαιρινά ρούχα και μια αλλαξιά σε περίπτωση που βραχούν.

Εγκαταστάσεις

Ο Όμιλος Φίλων Θαλάσσης βρίσκεται στη Λεωφόρο Μεγάλου Αλεξάνδρου 10.

Πρόκειται να αξιοποιηθούν όλες οι εγκαταστάσεις του Ομίλου Φίλων Θαλάσσης όπως: Γυμναστήριο, αίθουσες θεωρίας με κλιματισμό, χώρος φύλαξης σκαφών και οι εξωτερικοί χώροι του ομίλου.

Σνακ και φαγητό

Θα υπάρχει προγραμματισμένη ώρα φαγητού στην οποία τα παιδιά θα φέρνουν το φαγητό τους. Παρέχονται επίσης σάντουιτς με γαλοπούλα και τυρί. Στο χώρο του Ομίλου υπάρχει ψυγείο στο οποίο θα φυλάσσονται τα σάντουιτς μέχρι την κατανάλωσή τους και τα προσωπικά τρόφιμα-σνακ των παιδιών εφόσον χρειάζονται συντήρηση στο ψυγείο.



Οικονομική συμμετοχή

Για 1 εβδομάδα

1 άτομο 100 ευρώ

2 αδέλφια 180 ευρώ

3 αδέλφια 240 ευρώ

Για 2 εβδομάδες

1 άτομο 180 ευρώ

2 αδέλφια 340 ευρώ

3 αδέλφια 480 ευρώ

Για 3 εβδομάδες

1 άτομο 240 ευρώ

2 αδέλφια 440 ευρώ

3 αδέλφια 600 ευρώ

Διοργάνωση και επικοινωνία

Διοργανωτής όμιλος: Όμιλος Φίλων Θαλάσσης με τηλέφωνο επικοινωνίας 2310831333

Διοργανώτρια και προπονήτρια του CAMP είναι η Καλαϊτζογλίδου Γαλήνη με τηλέφωνο επικοινωνίας 6955410442.

Απονομές

Την τελευταία ημέρα(Παρασκευή) της κάθε περιόδου, πρόκειται να γίνει απονομή και να δοθούν μετάλλια, διπλώματα συμμετοχής και αναμνηστικά δώρα.



Summer Sailing Camp-Program



08:00 - 08:30am	Άφιξη
08:30 - 08:45am	Σχεδιασμός ημέρας
08:45 - 09:30am	Θεωρία ιστιοπλοΐας
09:30 - 10:00am	Αρμάτωμα σκαφών
10:00 - 12:00pm	Εκμάθηση στη θάλασσα
12:00 - 12:40pm	Διάλειμμα για φαγητό
12:40 - 01:00pm	Ξεαρμάτωμα σκαφών
01:00 - 02:00pm	Γυμναστική/Παιχνίδια
02:00 - 03:00pm	Θαλάσσιες δραστηριότητες
03:00pm	Αποχώρηση

