

Poziv klubovima na Papuk Extreme Challenge i sudjelovanje u Sportskom kampu za djecu „Papuk Aktiv“

U sklopu sportske manifestacije [Papuk Extreme Challenge](#) Osječka udruga Aktiv-Os organizira kampiranje u šatorima za djecu u dobi od 10 do 18 godina, te niz sportskih radionica i aktivnosti, gdje je naglasak na savladavanje i učenje novih vještina.

Već sada su zaprimljene prijave iz nekoliko sportskih klubova koji dolaze sa trenerima provesti aktivan vikend u prirodi te se natjecati na mnogobrojnim utrkama.

Sam bazni kamp i šatori biti će smješteni na ograđenom travnatom proplanku u Parku prirode Papuk samo 10 m od Orahovačkog jezera i samo nekoliko metara od ciljane linije svih utrka Festivala.

Pozivamo sve sportske klubove diljem Hrvatske da iskoriste 40% snižene karte Hrvatskih željeznica, a iz Zagreba 50% snižene karte !

Sportski kamp za djecu „Papuk Aktiv“

Cilj kampa:

- Okupiti djecu iz cijele Hrvatske i iz susjednih zemalja, a najviše iz cijele Slavonije i Baranje u jedan sportski kamp
- Osigurati kvalitetne uvjete za sportsku pripremu i natjecanja
- Povezati trenere i djecu iz istih, ali i različitih, gradova, sportova i država
- Pozitivno utjecati na opći zdravstveni status i na razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti
- Socijalizacija djece
- Pozitivan utjecaj na psihološku dobrobit djeteta
- Zadovoljiti dječju potrebu za igrom, te stvoriti kod djece naviku i pozitivan stav o svakodnevnom tjelesnom vježbanju već u najranijoj dobi
- Učenje važnosti timskog rada
- Razvoj i održavanje radne discipline
- Sportsko ponašanje (fairplay)
- Razvoj opsega i trajanja pozornosti
- Učenje o važnosti održavanje osobne higijene
- Urednost, samostalnost
- Razvijanje ekološke svijesti
- Uživanje u svim dobrobitima boravka na otvorenom u Parku prirode Papuk

Namijenjen:

- Za grupe koje dolaze u pratnji trenera (min dob 10 godina)
- Za djecu u dobi od 12 do 18 godine bez trenera, organizirani stručni voditelji-treneri
- Ograničen broj sudionika

Osigurali smo:

- mjesto za šatore u ograđenom kampu, drva za vatru, 24 h nadzor, prva pomoć, wc, voda, voditelji, školske dvorane (u slučaju nevremena)
 - Obroci: petak (ručak, večera + voda i sok), subota (doručak, ručak, večera + sok i voda), nedjelja (doručak, ručak)
- Prilikom svakog obroka izbor između pet različitih vrsta kuhanih ili pečenih jela u neograničenim količinama
- Popust vlakom 40% iz cijele Hrvatske
 - Pospust na kupnju opreme u Dechatlonu (javimo više detalja uskoro)

Potrebno ponijeti:

Šator (za 1,2,3,4 osobe), vreća za spavanje, lampu-prenosivu i za glavu, 1 torba za odjeću i obuću, prikladnu odjeću i obuću (jakna za kišu, 4 x duge hlače-trenerka,rifle, 3 x kratke hlače, 2 x duga debela majica, 3 x kratka majica, 4 x čarape, 4 x gaće, tenisice za planinarenje), pola odjeće spremite u vrećice (u slučaju kiše) 1 ruksak za opremu, sportsku odjeću i obuću (za natjecanje, tenisice za trčanje, kupaće, naočale za plivanje), plastična boca za vodu (0,7 / 1,5 l), svari za osobnu higijenu (kalodont, četkica, sapun, šampon, dezodorans), novce za hranu

Organizirane radionice i događanja:

- Hodanje planinom (trail) poučnim stazama do Ružica Grada, Stari Grad
- Sportske aktivnosti i grupne igre (odbojka na pijesku, poligoni, trčanje s preprekama, nogomet, picigin)
- Opće koordinacije vježbe, vježbe ravnoteže i propriocepcije
- Škola trčanja,
- Plivanje, kupanje,
- Vježbe s vlastitom težinom za razvoj snage,
- Primjena vježbi disanja i istezanja u sportu,
- Učenja pravilnog pokreta i vježbi u sportskim aktivnostima i svakodnevnim aktivnostima
- Pomoć pri postavljanju šatora, snalaženje u prirodi
- Kino na otvorenom
- Kratke i zanimljive praktične edukacije o ekologiji, prehrani, vježbanju, igrama, sigurnosti na vodi (naučite kodeks sigurnosti na vodi, program Crvenog Križa)
- Praćenje i upoznavanje sa natjecateljskim utrkama
- Svi sudionici Sportskog kampa za djecu imaju pravo nastupa na viking warrior race (petak), trekking utrka (subota), plivačko natjecanje (nedjelja)

Cijena:

2 noćenja od 01.06. – 03.06. (petak-subota-nedjelja) 200 kn (na račun udruge) + 220 kn (obroci, novac)

1 noćenje od 02.06. – 03.06. (subota-nedjelja) 150 kn (na račun udruge) + 170 kn (obroci, novac)

Svi sudionici Sportskog kampa za djecu imaju pravo nastupa na viking warrior race (petak), trekking utrka (subota), plivačko natjecanje (nedjelja), kros triatlon natjecanjima

Za trenere iz klubova koji će voditi svoju djecu i žele sudjelovati u radionicama, osigurali smo:

- Majice
- Besplatne obroke
- Novčanu naknadu :

Za 2 noćenja od 01.06. – 03.06. (petak-subota-nedjelja) :
300 kn (8 djece), 450 kn (11, 12 djece), 550 kn (14,15 djece)

Za 1 noćenje od 02.06. – 03.06. (subota-nedjelja) :
200 kn (8 djece), 300 kn (11,12 djece), 400 kn (14,15 djece)

*Prijave za sudjelovanje na natjecanju putem internet stranica : <https://www.papukextre.me/>

*Organizator zadržava pravo promijene raspisa

*Prijave se zaprimaju do popunjenja kvote

Voditelji:

Mladen Maričić
Trenner plivanja, Plivački klub Osijek-Žito
Struč.spec. Kineziterapije
Bacc. Physioth.

Boris Maričić
Magistar kineziologije