

„Bosko na Nartach” Szkołka narciarska 17-21 stycznia 2022

S.L. Salos czyli Stowarzyszenie Lokalne Salezjańskiej Organizacji Sportowej Rzeczypospolitej Polskiej „Bosko Aktywni”, które mieści się w Parafii Najświętszej Marii Wspomożenia Wiernych w Skawie organizuje w pierwszym tygodniu ferii Szkołkę Narciarską „Bosko na Nartach 2022” Zajęcia będą prowadzone przez instruktorów narciarstwa w grupach, zależnie od stopnia zaawansowania.

Program Szkołki narciarskiej

Data	Czas	Zajęcia
17.01.22.	9.00 – 14.00	Spotkanie organizacyjne. Szkolenie z zakresu bezpieczeństwa. Zajęcia w stacji narciarskiej Beskid w Spytkowicach
18.01.22.	9.00 – 14.00	Zajęcia w stacji narciarskiej BESKID w Spytkowicach
19.01.22.	9.00 – 14.00	Zajęcia w stacji narciarskiej BESKID w Spytkowicach
20.01.22.	9.00 – 14.00	Zajęcia w stacji narciarskiej BESKID w Spytkowicach (Zawody narciarskie slalomie gigancie o mistrza szkołki)
21.01.22.	8.00 – 17.00	Całodniowy wyjazd do stacji narciarskiej WITÓW-SKI

Program zajęć w dniach 17-20 stycznia

9.00 – Rodzice lub opiekunowie przywożą uczestników na parking pod stok Beskid Spytkowice.

10.00 – Pierwsza część szkolenia na stoku

11.30 – Przerwa na posiłek

12.00 – Druga część szkolenia na stoku

13.30 – Zakończenie zajęć

13.45 – Rodzice lub opiekunowie odbierają dzieci z parkingu pod stokiem Beskid

Program zajęć w dni 21 stycznia – wyjazd do Witowa

8.00 – Wyjazd autobusem z parkingu koło kościoła parafialnego w Skawie

16.00 – 17.00 – Przewidywany przyjazd do Skawy

Koszt udziału w Szkołce: 400 zł

Cena obejmuje dojazd autobusem do Witowa w ostatnim dniu, szkolenie narciarskie, karnet na wyciągi, posiłek na stoku (drożdżówka, herbata).

W przypadku zapisu dwóch i więcej dzieci z tej samej rodziny przewiduje się opłatę zredukowaną - 350 zł za osobę.

Warunki uczestnictwa i zapisy

Dzieci od 3 kl. szkoły podstawowej oraz młodzież

Dzieci kl. 1-2 szkoły podstawowej tylko w towarzystwie rodzica (opiekuna)

Zapisu do Szkołki dokonuje się poprzez złożenie wypełnionej Karty Uczestnictwa wraz z podpisem rodzica i wpłatą 200 zł zaliczki, w terminie do 4 stycznia.

Dopłatę do pełnej sumy uczestnictwa należy dokonać najpóźniej w dniu 10 stycznia.

Kryteria pierwszeństwa zapisów:

1. Dzieci i młodzież należąca do Salos „Bosko Aktywni” i grup parafialnych (Schola, LS, Oratorium, Orkiestra)
2. Dzieci i młodzież mieszkająca na terenie parafii Skawa
3. Dzieci i młodzież uczęszczająca do szkół w Skawie

4. Dzieci i młodzież spoza parafii Skawa
Liczba miejsc 50. W przypadku większej liczby zgłoszeń obowiązują powyższe kryteria zapisów oraz kolejność dokonania zapisu.

Sprzęt narciarski

Uczestnicy Szkółki są zobowiązani do posiadania nart, butów narciarskich, kijków i **kasku**. Dzieci, które nie dysponują własnym sprzętem narciarskim mogą go wypożyczyć w cenie 80 zł za komplet (wraz z kaskiem) na cały czas trwania Szkółki. Miejsce wypożyczenia sprzętu u **Chlebek Sport Spytkowice**.

Regulamin Szkółki Narciarskiej

1. Uczestnicy Szkółki zobowiązują się do udziału we wszystkich zajęciach.
2. Zajęcia prowadzone w wyznaczonych grupach.
3. W czasie zajęć uczestnicy używają plastronów Szkółki.
4. Uczestnicy zobowiązują się do bezwzględnego wykonywania poleceń instruktorów i opiekunów.
5. Wszystkich uczestników obowiązuje zakaz oddalania się od grupy bez zgody instruktora.
6. Do zajęć praktycznych na stoku dopuszczeni będą uczestnicy, którzy wezmą udział w szkoleniu z zakresu bezpieczeństwa (sobota 15.01.22., g. 16.00) i wykażą się znajomością zasad Kodeksu Narciarskiego.
7. Uczestnicy zobowiązują się do przestrzegania zasad Kodeksu Narciarskiego.
8. Na szkółce obowiązuje zakaz palenia papierosów, spożywania alkoholu i innych używek oraz stosowania przemocy.
9. W razie niestosowania się do regulaminu oraz uwag wychowawców organizator zastrzega sobie prawo

odesłania uczestnika do domu na koszt rodziców (opiekunów).

Uwagi praktyczne

Przy wyborze sprzętu narciarskiego najwięcej uwagi należy poświęcić na dopasowanie **butów narciarskich**. Przy ich mierzeniu należy zwrócić uwagę szczególnie na dwie zasady:

1. buty muszą być wygodne – tzn. nie mogą powodować dyskomfortu w formie ucisku, obcierania itp.
2. buty muszą ściśle obejmować stopę i łydkę w taki sposób, aby po ich zapięciu, pięta była unieruchomiona – nie może się ruszać w bucie ani na boki ani do góry buta.

Uwaga!!! Buty należy mierzyć po ich całkowitym zapięciu, gdyż ich pochylenie cholewki do przodu powoduje, że niezapięty but wydaje się być za mały. Dobór zbyt dużych butów jest powszechnym błędem skutkującym licznymi obtarciami nóg i mocno utrudniającym naukę. But musi „trzymać” tzn. noga nie może się w nim ruszać.

Narty - taliowane, z grupy dla początkujących, o długości 5-15 cm mniejszej niż wzrost. Prawidłowe ustawienie wiązań narciarskich do butów dokonuje się w wypożyczalni lub serwisie narciarskim. Ma to ogromne znaczenie dla bezpieczeństwa podczas nauki i zapobiega nieszczęśliwym urazom.

Kijki dobieramy opierając je rączką o podłogę, grotem do góry (odwrotnie niż się je używa) i chwytając dłonią pod plastikowym talerzykiem (nie za koniec grota), stojąc w pozycji wyprostowanej (na baczność), sprawdzamy czy ręka (ramię z przedramieniem) tworzy kąt prosty.

Ubranie – sportowe „na cebulkę”. W wypadku opadów deszczu lub śniegu musi być nieprzemakalne. Szczególną uwagę, w przypadku dzieci, należy zwrócić na rękawiczki, dobrze, aby małe dzieci posiadały ich dwie pary (na zmianę w przypadku przemoczenia).

17- 21 stycznia 2022
Spytkowice -Witów