

Plan obozu stacjonarnego: 14-19 sierpnia dla roczników 2004-2007 i 21-26 sierpnia dla roczników 2008-2013

Godziny	Poniedziałek	Godziny	Wtorek	Godziny	Środa	Godziny	Czwartek	Godziny	Piątek	Godziny	Sobota
10:00-11:30	Trening na stadionie w Posadzie Górnej	11:00-14:00	Testy sprawnościowe na fotokomórkach. Orlik w Rymanowie.	10:00-18:00	Zbiórka i całodniowy wyjazd na odkryty basen do Brzozowa Tam obiad i sparing Orzełki Brzozów.	10:00-13:30	Trening na stadionie w Posadzie Górnej	10:00-12:30	Finały rozgrywek turniejowych w Fifę. Park w Rymanowie.	10:00-14:00	Turniej piłki nożnej. Orlik w Rymanowie.
11:45-12:15	Marsz do Parku w Rymanowie.	14:15-14:45	Obiad			13:45-14:15	Obiad	12:30-13:00	Obiad		
12:30-14:00	Pierwsza runda turnieju w Fifę.	14:45-16:00	Odpoczynek, zabawy integracyjne oraz na poprawę koncentracji.			14:15-14:45	Cisza poobiadowa i wypoczynek	13:00-13:30	Marsz na orlik w Rymanowie.		
14:15-14:45	Obiad	16-17:30	Trening, po treningu zakończenie dnia.			14:45-18:00	Park linowy w Krośnie. Trasa zielona.	13:45-15:15	Trening		
15:00-15:30	Marsz na stadion w Posadzie Górnej		Orlik w Rymanowie.					16:00-18:00	Wykład Edusport i zakończenie dnia.		
16:00-17:30	Trening, zakończenie.								Kino sokół		

Koszt udziału w obozie to 290 zł już za wszystko. Zgłoszenia pod numerem telefonu: 530 915 820 . Zachęcamy do udziału w obozie. Letni obóz jest podstawą do dobrego treningu w okresie jesiennym, późniejszych rozgrywek ligowych czy też turniejów. Dbajmy o to. Razem będziemy mocniejsi !!!