

LETNI WYPOCZYNEK

Z ZAJĘCIAMI

LUOHAN QIGONG & TAI CHI

12.07-17.07.09, ZAWOJA

08.08-15.08.09, SZCZYRK

W programie:

ZAJĘCIA LUOHAN QIGONG I TAI CHI

forma 18 rąk Luohana, Siu Luohan

techniki jednorożca Ku

nauka ćwiczeń medytacyjnych i auto masażu

nauka i wyjaśnienie metod oddechowych

forma tai Git Kuen

techniki miecza, wachlarza i szabli Tai chi



DLA ZAAWANSOWANYCH I INSTRUKTORÓW

forma Wu Chi Kuen

techniki Bakwa Kung, pchające dłonie

forma z włócznia Hsing-I

forma z mieczem Ba Kwa



Cena obozu: ZAWOJA 850 zł, SZCZYRK- 1250 zł

obejmuje: zakwaterowanie i wyżywienie, treningi i zajęcia programowe, ubezpieczenie NNW.

1 obóz - ZAWOJA, termin: 12-17.07.09

Zawoja jest miejscowością malowniczo położoną we wschodniej części Beskidu Żywieckiego, u północnych podnóży „Królowej Beskidów” - Babiej Góry. O atrakcyjności Zawoi decydują walory klimatyczne, krajobrazowe i turystyczne. Najcenniejsze z nich są chronione od 1955 roku w Babiogórskim Parku Narodowym - Rezerwacie Biosfery.

Zakwaterowanie: Ośrodek ZAWOJANKA - pokoje 2 i 3 os. z łazienkami

2 obóz - SZCZYRK, termin: 8-15.08.09

Ośrodek położony jest na zboczu Klimczoka i ze względu na ciszę, otoczenie lasu i wspaniałe widoki jest niepowtarzalne. Bogate możliwości aktywnego wypoczynku, spacerów oraz górskich wycieczek stanowią o jego atrakcyjności.

Zakwaterowanie: Hotel Sportowy ZAGROŃ, pokoje 2-osobowe z łazienkami, telefonem oraz TV SAT, większość z balkonami

Wyżywienie: 3 posiłki, na życzenie dania dietetyczne i wegetariańskie.

Na terenie ośrodka: kryty basen, jacuzzi, siłownia i własna sala gimnastyczna, dodatkowo sauna i solarium, kawiarnia, wypożyczalnia sprzętu sportowego, grota solna, letni taras z leżakami, parking.



WPLATY: I rata - 250zł do dnia 20.04.09, II rata - 300zł do dnia 15.05.09, pozostała kwota do dnia 30.06.09 w biurze Centrum Choy Lee Kung Fu Polska

