

Club of Art and Sport Dunavska

Камелия Дунавска, като президент на КИС Дунавска, има удоволствието да Ви покани на третият летен лагер.

**Летният спортен лагер ще се проведе
от 14.07.23г. до 21.07.2023г.
в спортен комплекс „Aqualife” Кранево**

Очакват Ви много интересни, атрактивни и професионални занимания, ето кои са те:

1. Мастер клас с Камелия Дунавска – техника с уреди и работа с тяло.
2. Мастер клас с Габриела Стефанова (вице-олимпийска шампионка) – специфична физическа подготовка, техника с уред и трудности с тяло
3. Уроци по танцов театър с Емилия Радичева (вице-олимпийска шампионка)
4. Естетическа гимнастика
5. Класически балет
6. Акробатика
7. Жонгльорство
8. Актьорско майсторство
9. Народни танци
10. Спортни танци
11. ОФП и подвижни игри на плажа
12. Табата (табата е високоинтензивна интервална тренировка. Твърди се, че е един от най-ефективните методи за подобрене на аеробния и анаеробния капацитет. Работи се със собствено тегло и подходяща е за всички възрасти.

Спортния комплекс предлага:

- Настаяване в двойни стаи + храна
- Хранене (спортно меню – закуска, обяд и вечеря на шведска маса)
- Допълнителните забавления от програмата на комплекса



Няма ограничения за възрастта на гимнастичките, както и за нивото им на подготовка. Графикът ще бъде съобразен с броя на гимнастичките в група и ще бъде оптимален за пълноценни занимания.

ЦЕНИ

- 850лв на човек за 7 нощувки + храна и всички занимания от програмата
- Допълнителни посетители - 600лв на родител за 7 нощувки + храна и програма за възрастни (кондиционни тренировки, танци и др.)
- Придружаващи лица под 4 годишна възраст, нощуват и се хранят безплатно (счита се в срока на настаняване).

Заявете вашето присъствие до 15.04.2023г.

50% от сумата (425лв) трябва да се изпрати до 15.04.2023г. по банков път. Копието на платежното нареждане трябва да се изпрати по имейл с информация за участника (имена, години, клубна принадлежност, телефонен номер за обратна връзка).

Останала част от плащането се извършва на място при настаняването.

IBAN: BG52FINV91501217538437

Основание – име на състезателя и възраст.



За контакт:

КИС Дунавска

Камелия Дунавска

Тел.: +359 898575717

office@dunaskagym.com

www.dunavskagym.com



Хотел АКВА ЛАЙФ ТАУЪР ** Кранево

Местоположение: Aqua Life Tower се намира в Кранево, на 24 км. от летище Варна и на 95 км. от Бургас. Намира се непосредствено до спортен комплекс Аква Лайф.

Плаж: пясъчен - 300м. от хотела. Морското дъно е равно и влизането във водата е плавно.

Настаняване: Хотел Аква Лайф Тауър предлага 75 стаи. Всички стаи са климатизирани и разполагат с телевизор със сателитни канали, сейф (срещу заплащане) и самостоятелна баня с душ. Всички стаи имат балкон, а някои имат изглед към морето.

ДВОЙНА СТАЯ: Приблизителна площ от 15 кв.м. Двойните стаи разполагат със спалня или две единични легла, разтегателен диван, телевизор, мини бар, сейф, климатик, баня с душ, тоалетна, балкон. Максималното настаняване е 2 възрастни и 1 дете или 3 възрастни.

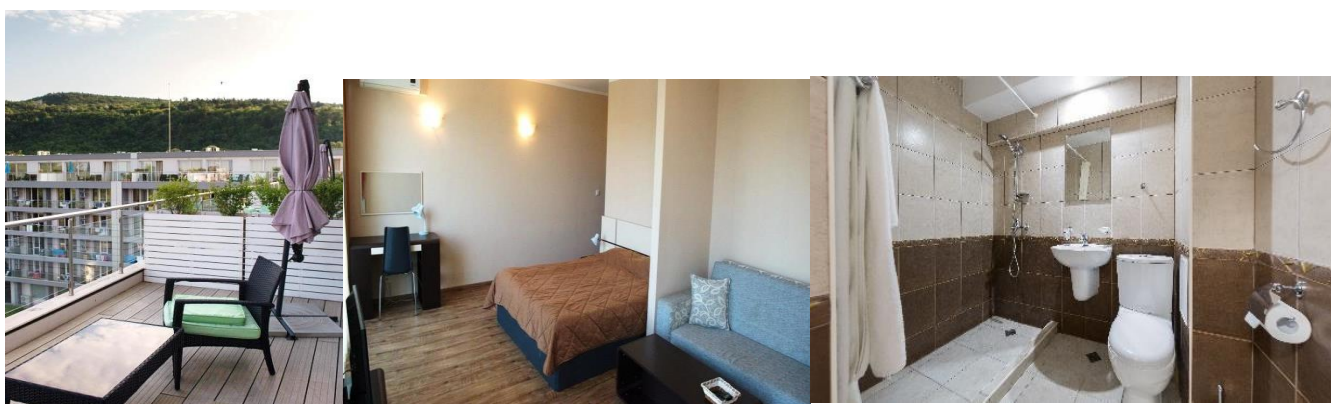
Бибешка кошара се предоставя безплатно при предварителна заявка.

Хотелът не е достъпен за хора в неравностойно положение.

Не се допускат домашни любимци.

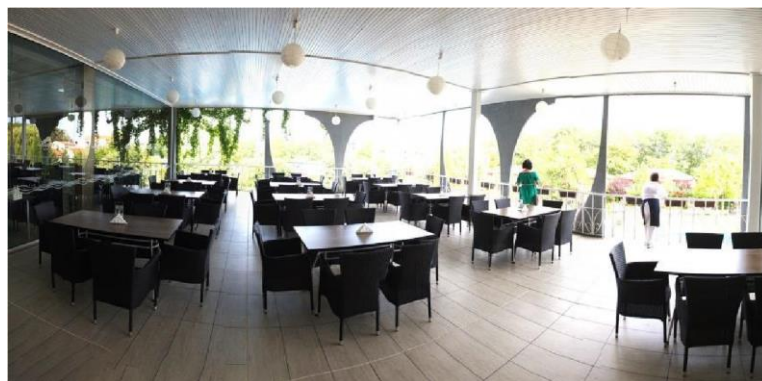
За хотела: Хотелът разполага с ресторант с лятна тераса, детски клуб, детска площадка и 24-часова рецепция. Във всички части има безплатен Wi-Fi.

Спорт: Хотелът разполага с външен басейн със слънчева тераса.



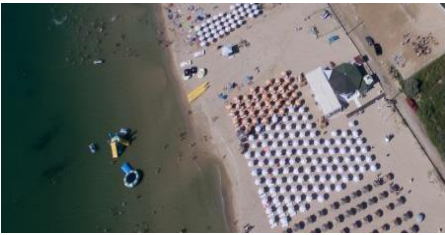
Ресторант

На територията на спортно - туристическия комплекс работят 3 ресторанта (по един на всеки хотел). Всички ресторанти предлагат балансирано меню, изхранване на пълен пансион(три хранения на ден), по системата «шведска маса». Ястията са изцяло на базата на био продукти, а менюто е проектирано от професионални диетолози, специално за спортистите.



Плаж

Комплексът разполага със свой собствен плаж, само на 100 метра от комплекса. Плажната ивица на Кранево е с дължина около 6 км и ширина до 100 м. Уникалният климат, полегатото морско дъно, мекият и ситен пясък са само малка част от преимуществата тук. До плажа са разположени 2 площадки за плажен волейбол. А наблизо, в бар «Beach Bar », всички гости могат да се отпуснат и насладят на освежаващите напитки и прекрасната морска гледка.

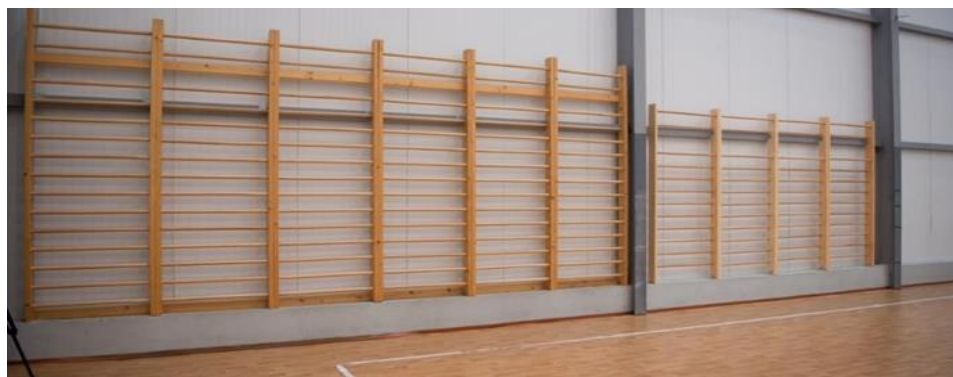


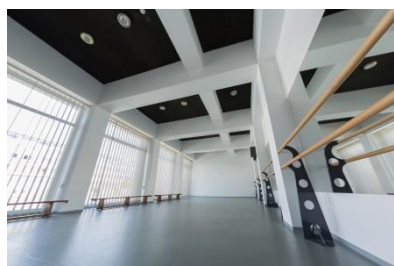
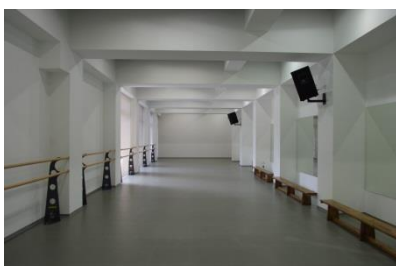
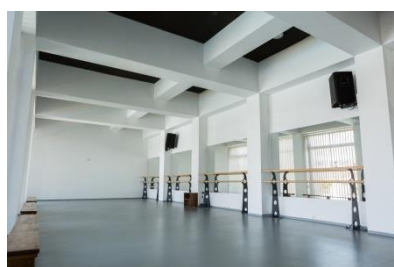
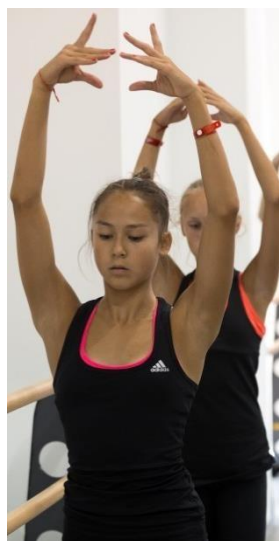
ЗАКРИТИ ПЛОЩАДКИ

- Подово покритие: танци; художествена гимнастика
- Оборудване: станки за балет, огледала, професионално музикално оборудване, климатици, звукоизолация, пейки за гимнастика, шведски стени.

Спорт : танци, гимнастика, фехтовка, аеробика, сухи тренировки за плувци.

- Фитнес зала





ОТКРИТИ ПЛОЩАДКИ

Олимпийски басейн



АНИМАЦИЯ

Комплексът разполага с екип от аниматори, съставен от 5-7 души. За децата се организират различни забавления, спортни и тематични програми, съобразени с режима на тренировъчния лагер. В програмата са включени: конкурси, игри, екскурзии, тематични срещи и т.н. По желание на групата и на треньора, аниматорите могат да вземат децата за един ден на занимания в свободното от тренировките време.

ЕКСКУРЗИИ

На всички гости на комплекса се предлагат повече от 40 специално подбрани екскурзии и мероприятия.

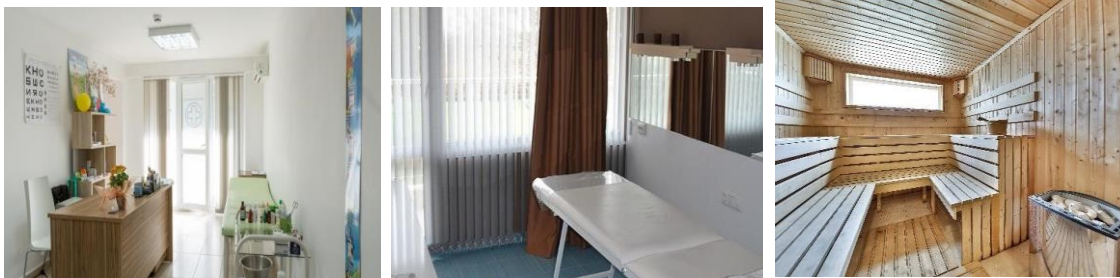
Допълнителна инфраструктура

Финландска сауна

Комплексът разполага с две финландски сауни: в хотел 1 за 5-7 души и в хотел «Sport» за 8-10 души. Може да резервирате по всяко удобно за вас време.

Масажен кабинет

Разполагаме с 3 масажни стаи в хотелите Tower, Active и Sport. Предлагат се медицински и рехабилитационни услуги от висок стандарт от сертифицирани специалисти, работещи в различни области на масажа- цялостен, частичен и дори детски масаж.



Медицинско обслужване

Комплексът разполага с три медицински кабинета : в . Денонощно на територията на комплекса се намира дежурна линейка. Медицинският кабинет разполага с две стаи с общ капацитет за 6 души.

**Благодарим за доверието!
Очакваме Ви!**



За контакт:

КИС Дунавска Камелия Дунавска

+359 898 575717

office@dunavskagym.com

www.dunavskagym.com

