

## **Őszi Sporttábor – Győr** **2014. október 23–26. (csütörtök–vasárnap)**

### **Szállás**

Az őszi táborra a győri **Famulus Hotel** 2x2 ágyas apartmanjaiban, illetve 2 ágyas hotelszobáiban foglaltunk szobát. Az on-line [jelentkezési felületen](#) mindenki megadhatja, hogy egyrészt milyen típusú szállást (kollégiumi vagy hotel-) szobát szeretne választani, illetve kivel szeretne egy szobában aludni.



### **Árak:**

4 ágyas apartmanok: 3300 Ft/fő/éj

2 ágyas hotelszoba: 9300 Ft/fő/éj, reggelivel

Cím: [H-9027 Győr, Budai út 4-6.](#)

A hotelszobában lehetőség van Széchenyi Pihenőkártya (SZÉP kártya) felhasználására is, amit a jelentkezési lapon kell jeleznetek. A kollégiumi szoba SZÉP kártyával NEM fizethető! Fontos tudnod, ha SZÉP kártyával a helyszínen szeretnéd a szállást rendezni, a foglalás a saját nevedre fog szólni, így lemondás esetén a teljes összeget Neked kell majd a szálloda felé kifizetni!

### **Étkezések**

#### **Reggeli**

A reggeliről mindenki maga gondoskodik (kivéve, ha a szállodai szobát választottad). A kollégiumban lesznek teakonyhák, ahol egyrészt reggelizni, másrészt a megvett ételeket tárolni tudjuk.

#### **Ebéd**

Pénteken, szombaton és vasárnap közösen ebédelünk a Hotel Famulusban található Pódium Étteremben, egységesen 1400 Ft/fő/étkezés áron. A pontos menü még szervezés alatt van. A csütörtöki ebédet mindenki egyénileg oldja meg.

## Vacsora

Pénteken együtt megyünk vacsorázni Győr egyik legkellemesebb helyére (részletek hamarosan). A vacsora ára egységesen 2000 Ft/fő lesz, mely két fogást tartalmaz. Csütörtökön és szombaton szabadon lehet vacsorázni bárhol a városban.

## Edzések

A fallabda és aerobik edzéseket a **Famulus Hotel saját squash pályáin és termében** tartjuk meg.

Cím: [H-9027 Győr, Budai út 4-6.](#)

Ár squash: 2000 Ft/fő/2 óra

Ár aerobik: 1100 Ft/fő/2 óra

Az úszásedzések helyszíne a **Magyar Vilmos Uszodában** lesz.

Cím: [9025 Győr, Töltésszer u. 24.](#)

Ár: 1000 Ft/fő/2 óra

A tollas edzések a **Győri Tenisz Klub** tollas pályáin lesznek.

Cím: [9024 Győr, Pápai u. HRSZ: 2838/134](#)

Árak: 1100 Ft/fő/2 óra

A futásedzéseket a **Győri Dózsa Sporttelepen** tartjuk.

Cím: [9025 Győr, Bercsényi liget 1.](#)

Ár: 300 Ft/fő/2 óra



**Fallabda:** 2 db fallabda pálya a Hotel Famulusban.

**Úszás:** 6 pályás, 25 méteres medencében.

**Tollaslabda:** 2 db gumigranulátumos teniszszőnyeggel borított pálya.

**Futás:** 400 m-es 8 sávós műanyag, rekortán borítású atlétikai pálya.

**Aerobik:** a Hotel Famulus 65 m<sup>2</sup>-es termében.

## Edzésidőpontok, programok

Csütörtökön délután, pénteken délelőtt, szombaton délelőtt és délután, illetve vasárnap délelőtt is lesz egy-egy időszak, amikor minden sportágban 120 perc edzésre van lehetőség. Egy edzésidőszakban mindenki csak 1 sportot választhat magának.

**Csütörtök délután** a pálya foglaltsága miatt **tollaslabda sajnos nem választható. Aerobikra csak a szombat délelőtti és délutáni** időszakban van lehetőség. Minden sportnál van egy minimumlétszám: csak akkor szervezzük meg az adott sportág edzéseit, ha ezt a létszámot elérjük.

### 2014. október 23. csütörtök

11:00-tól érkezés a kollégiumba, ebéd egyénileg

15:00–17:00	<b>Fallabda</b>	<b>Úszás</b>	<b>Futás</b>
	2000 Ft/fő	1000 Ft/fő	300 Ft/fő

18:00–20:00 Vacsora egyénileg

### 2014. október 24. péntek

08:00–09:00 Reggeli a kollégiumban (egyénileg)

10:00–12:00	<b>Fallabda</b>	<b>Úszás</b>	<b>Tollaslabda</b>	<b>Futás</b>
	2000 Ft/fő	1000 Ft/fő	1100 Ft/fő	300 Ft/fő

13:00–14:00 Ebéd a Pódium Étteremben

15:00–18:00 Közös fürdőzés a győri Rába Quelle Termálfürdőben (2400 Ft/fő – választható program)

20:00–22:00 Vacsora egy kellemes győri étteremben

### 2014. október 25. szombat

08:00–09:00 Reggeli a kollégiumban (egyénileg)

10:00–12:00	<b>Fallabda</b>	<b>Úszás</b>	<b>Tollaslabda</b>	<b>Futás</b>	<b>Aerobik</b>
	2000 Ft/fő	1000 Ft/fő	1100 Ft/fő	300 Ft/fő	1100 Ft/fő

13:00–14:00 Ebéd a Pódium Étteremben

15:00–17:00	<b>Fallabda</b>	<b>Úszás</b>	<b>Tollaslabda</b>	<b>Futás</b>	<b>Aerobik</b>
	2000 Ft/fő	1000 Ft/fő	1100 Ft/fő	300 Ft/fő	1100 Ft/fő

18:00–20:00 Vacsora egyénileg

### 2014. október 26. vasárnap

08:00–09:00 Reggeli a kollégiumban (egyénileg)

10:00–12:00	<b>Fallabda</b>	<b>Úszás</b>	<b>Tollaslabda</b>	<b>Futás</b>
	2000 Ft/fő	1000 Ft/fő	1100 Ft/fő	300 Ft/fő

13:00–14:00 Ebéd a Pódium Étteremben

15:00 Hazautazás

## Utazás

Az utazást autókkal oldjuk meg. A [Jelentkezési lap](#) kitöltése során kérjük, jelezzétek, kinek van autója és kinek nincs. Amennyiben van, kérjük, azt is írjátok meg, hány fő szállítást tudjátok vállalni, illetve hogy hány órakor indultok le Győrbe és mikor indultok vissza Budapestre!

## Anyagiak

A tábor anyagi része, attól függően, hogy milyen edzéseken szeretnél részt venni, egyénre szabottan változik. Egy összesítésben láthatjátok a tábor minimum-maximum költségét.

Szállás 3 éjszakára	9900 Ft / 27900 Ft
Csütörtök délutáni edzés	300 Ft / 1000 Ft / 2000 Ft
Csütörtöki vacsora	Saját költség
Pénteki reggeli	Saját költség
Péntek délelőtti edzés	300 Ft / 1000 Ft / 2000 Ft / 1100 Ft
Pénteki ebéd	1400 Ft
Péntek délutáni fürdőzés (opció)	2400 Ft
Pénteki esti vacsora	2000 Ft
Szombati reggeli	Saját költség
Szombat délelőtti edzés	300 Ft / 1000 Ft / 2000 Ft / 1100 Ft / 1100 Ft
Szombati ebéd	1400 Ft
Szombat délutáni edzés	300 Ft / 1000 Ft / 2000 Ft / 1100 Ft / 1100 Ft
Szombati vacsora	Saját költség
Vasárnapi reggeli	Saját költség
Vasárnap délelőtti edzés	300 Ft / 1000 Ft / 2000 Ft / 1100 Ft
Vasárnapi ebéd	1400 Ft
Utazás	mindenki a sofőrrel egyeztet és számol el!
<b>Összesen</b>	<b>17 300 – 46 500 Ft</b>

## **Jelentkezési határidő: 2014. október 12. (vasárnap) éjféli.**

A jelentkezéssel együtt a részvételi díj **teljes összegét** is be kell fizetnetek, amit megtehettek **átutalással** az Atlasz bankszámlaszámára (12010532-01445130-00100003) vagy **készpénzben** a szakosztályvezetőknél.