

PÓŁKOLONIE

SPORTOWE 2026

1. ORGANIZATOR:

Runimals Mariola Karaś
Olszyny 289
33-164 Olszyny
tel: 516 436 170

info@runimals.pl
www.runimals.pl



2. MIEJSCE:

Szkoła Podstawowa nr 157 w Krakowie
ul. Rydygiera 20

3. TERMIN

6-10 lipca - TURNUS I "PLAY & FUN"
3-7 sierpnia - TURNUS II "TRIATHLON"

pon - pt w godzinach 8:00 -16:30



4. DLA KOGO?

Dzieci i młodzież w wieku 6 - 14 lat.

5. CENA:

PLAY & FUN 990zł / 900zł *rodzeństwo
TRIATHLON 1190zł / 1100zł *rodzeństwo





6. PROGRAM

6-10 lipca - TURNUS I "PLAY & FUN"

Turnus I dedykowany jest dzieciom w wieku 6 - 10 lat, rozpoczynającym przygodę z półkoloniami. Stawiamy tutaj na aktywnie spędzony czas w formie zabawy, dostosowując aktywności do wieku. Sport przeplatany atrakcyjnymi wyjazdami do parków rozrywki oraz zajęciami artystycznymi.

W programie:

- **Olimpiada Lekkoatletyczna** - realizowana codziennie w formie zajęć z lekkiej atletyki, podczas których dzieci będą mogły poznać konkurencje lekkoatletyczne (bieg krótki, bieg długi, skok w dal, rzut piłką lekarską, tor przeszkód). Ostatniego dnia podczas finału zostanie wyłoniony zwycięzca Olimpiady! Każde dziecko otrzyma pamiątkowy medal i mały upominek za podjęcia sportowego wyzwania!
- **Wyjazd do Go Jump**
- **Wyjazd do Parku Rozrywki "PARK WOLA"**
- Zabawy drużynowe w parku: **m.in. Bieg na orientację, Podchody**, - to już ten wiek, w którym dziecko powinno poznać te ponadczasowe zabawy uczące współpracy w grupie i logicznego myślenia
- **Zajęcia plastyczne** - a właściwie czas, podczas którego dzieci będą tworzyć coś więcej niż rysunki na kartce papieru
- **Dzień z bajką** - czas na chwilę odpoczynku z popcornem i kubkiem lemoniady

Pozostały czas (jeśli będzie) to czas na planszówki, zabawę na placu zabaw czy spacer na lody !





3-7 sierpnia - TURNUS II "TRIATHLON"

Turnus II dedykowany jest dzieciom i młodzieży w wieku 8 - 14 lat, które lubią wodę, jazdę na rowerze i bieganie! Brzmi jak zawody triathlonowe? Skoro tak nie pozostaje nic innego jak przeprowadzić je podczas tego tygodnia. To zdecydowanie coś dla dzieci, które nie znają słowa "zmęczenie". Tylko to pływanie...jeśli nie do końca z nim po drodze, spróbujemy to zmienić, pod czujnym okiem naszej instruktorki pływania!

Do udziału w turnusie wymagany jest rower oraz kask

W programie:

- **3 x zajęcia na basenie z instruktorem**, mające na celu doskonalenie techniki pływania (na ostatnich zajęciach mini zawody w pływaniu, które będą zaliczone do Zawodów Triathlonowych)
- **Wycieczka rowerowa** długość trasy oraz miejsce docelowe zostanie ustalone na podstawie wieku i sprawności grupy. + **Wyścig rowerowy**, na czas po specjalnie wyznaczonej trasie, w parku obok szkoły
- **3x trening lekkoatletyczny** - ćwiczenia lekkoatletyczne i ogólnospornościowe, doskonalenie techniki biegu, zabawy bieżne (na ostatnim treningu odbędą się mini zawody w biegu długim - dystans ok 600 m, które będą zaliczone do Zawodów Triathlonowych)
- **Wycieczka "Niespodzianka"** - wyjazd rowerami do Parku Wodnego " Bayer Park" zlokalizowanego na kąpielisku Bagry
- Zabawy drużynowe w parku: **Bieg na orientację, Podchody**

Każde dziecko otrzyma pamiątkowy medal i mały upominek a zwycięzca puchar!

Cała formuła zawodów będzie miała swobodną formę - bez stresu.

Dobra zabawa przede wszystkim!





7. W CENIE TURNUSU

- Wyżywienie: II śniadanie, dwudaniowy obiad, deser
- Wyjście na lody
- Opieka doświadczonej i wykwalifikowanej Kadry Pedagogicznej i Instruktorskiej RUNIMALS (instruktorzy Lekkiej Atletyki i Pływania) - robimy to od lat!
- Ubezpieczenie NNW
- Bilety wstępu na atrakcje ujęte w programie obozu
- Pamiątkowe medale
- Upominki na koniec półkolonii - pamiątkowa koszulka

8. ZGŁOSZENIA

Zapisy odbywają się mailowo na adres: info@runimals.pl lub telefonicznie pod numerem telefonu: **516 436 170**. Po wstępnym zgłoszeniu przesyłamy do wypełnienia dokumenty: Karta Kwalifikacyjna, Regulamin, Prawa i Obowiązki oraz Oświadczenie Rodziców

Zapis jest ważny po przesłaniu potwierdzenia opłaty zaliczki oraz skanu lub zdjęcia dokumentów do dnia:

Turnus I - 06.06.2026r / Turnus II - 03.07.2026r.

9. WARUNKI UCZESTNICTWA

- Wydrukowanie i wypełnienie kompletu dokumentów oraz przesłanie ich w formie skanu lub zdjęć na adres info@runimals.pl
- Wpłacenie zaliczki na poczet turnusu w wysokości 50 % ceny całkowitej oraz przesłanie potwierdzenia przelewu na adres info@runimals.pl
- Wpłacenie pozostałej kwoty i przesłanie potwierdzenie przelewu na adres: info@runimals.pl najpóźniej do dnia:
Turnus I - 30.06.2026r / Turnus II - 28.07.2026r.
- Dostarczenie najpóźniej w dniu rozpoczęcia turnusu oryginałów przesłanych wcześniej dokumentów.





10. PŁATNOŚCI

Wpłaty prosimy dokonywać na poniższy numer konta:

Nr konta: **43 1140 2004 0000 3302 7543 5210** lub gotówką u trenera

W tytule: Zaliczka/II rata za półkolonie, imię i nazwisko dziecka.

Brak opłaty w podanym terminie jest jednoznaczny z rezygnacją z udziału w turnusie.

DODATKOWE INFORMACJE

- Turnus odbędzie się przy minimalnej liczbie chętnych: 10
- W przypadku mniejszej liczby chętnych turnus zostanie odwołany, najpóźniej 14 dni przed rozpoczęciem a wszelkie opłaty zostaną zwrócone
- Szczegółowy plan poszczególnych dni zostanie podany najpóźniej 14 dni przed rozpoczęciem turnusu
- To prawdopodobnie najlepsza półkolonia sportowa w Krakowie!

**Nasze półkolonie są zgłaszane do Kuratorium Oświaty
- gwarancja jakości i bezpieczeństwa !**

Zapraszamy do kontaktu i zapisów!

