

# KARATEKLUBI IMPACT XIV TALVELAAGER

**Karate on** kindlatel traditsioonidel põhinev ala. Kindel traditsioon on ka **IMPACTi** suve- ja talvelaagrid.

**Kus toimub:** Karateklubi IMPACT XIV talvelaager **27.-30. detsembril 2014.a.** Kaereperes, Valtu Spordikeskuses juba neljateistkümnendat aastat järjest. Koha valikul on saanud määravaks spordisaali, ujumise, puhkamise ja toitlustamise võimalus ühes hoonekompleksis.

**Kuidas tulla:** kohale viib meid tellitud mõnus buss, mis väljub Baltijaamast ja Järve Selveri parklast . **Kohal olla 8.45 Baltijaamas busside parklas** või **Järve Selveri parklas kell 9.00**

**Kuidas tagasi saab:** tagasisõit 30. detsembril Raplast 17.00 tellitud bussiga ja (ligikaudne) saabumine Tallinnasse 17.45 Järve Selveri parklasse ja 18.00 Baltijaama parklasse.

**Mida tehakse:** toimuvad treeningud vastavalt tasemele 2-3x päevas, millest enamus toimub saalis, kuid osad võivad olla ka väljas. Lisaks ujumine, arutelud, palli- ja lumemängud ning loomulikult ei puudu üllatused!!! Laagri ajal on võimalik sooritada vööeksam. Vöötesti maksumus on **15 EURi**, mis sisaldab uut vööd ja diplomit. Vööeksami tasu tasuda sularahas oma treeneri kätte. Loa vöötestis osalemiseks annab iga õpilase treener. Vöötestiks registreerida **hiljemalt 8. detsembriks** oma treeneri juures.

**Palju maksab:** laagri maksumuseks on **120 EUR**. Sisaldab ööbimist, treeninguid, toitlustamist (3x), ujumist, transporti edasi-tagasi, võistlusi, auhindu, kino vaatamist, õhtute sisustamist ja muid laagriga seotud kulusid.

**Mida kaasa võtta:** Trenniriided, kaitsmed, dressid, spordi sise- ja vahetusjalatsid, voodilina või magamiskott ja padjapüür, ujumisriided, hügieenivahendid, soojad riided ja jalanõud.

**Kui on küsimus:** Kõigi küsimuste, probleemide ja ettepanekutega palun pöörduda oma treeneri poole. Talvelaagri korraldajateks ja läbiviijateks on treenerid:

Margus Lillinurm	51 29 565	<a href="mailto:marqus@shukokai.ee">marqus@shukokai.ee</a>
Imre Pauklin	50 73 413	<a href="mailto:imre@shukokai.ee">imre@shukokai.ee</a>
Rene Lett	51 76 921	<a href="mailto:lett@shukokai.ee">lett@shukokai.ee</a>
Kätlin Kivirand	50 50 057	<a href="mailto:katlin@shukokai.ee">katlin@shukokai.ee</a>

**Et pääseda:** Kuna laagrid on klubis populaarsed ja kohtade arv on piiratud, siis esimese asjana täida ära registreerimise vorm siin <http://impact.ee/talvelaager/> või vii vabas vormis avaldus (kirjuta osaleja nimi, tasumisviis, kas tulla bussile Järve Selveri või Baltijaama parklast ja kummas peatuses soovid tagasi tulla maha tulla, kas soovid osaleda vöötestis) treeneri kätte hiljemalt **21. novembriks**.

## **Laagrimaks tuleb tasuda hiljemalt 10. detsembriks**

**Kindlasti tuleb lapsevanemal enne lapse laagrisse saatmist treenerile esitada** Terviseankeet, mille leiab järgmiselt lehelt või interneti vormilt.

**Kuidas tasuda laagrimaksu:**

- sularahas oma treeneri kätte
- pangäulekandega klubi arvele Swedbank a/a EE052200221013274217 saaja MTÜ SK Impact (konto number on erinev õppemaksukontonumbrist, palun tasuda sellele kontole)

Laagriraha tagastatakse 100% kui teatate kohast loobumisest ette 7 päeva enne laagri algust, 70% tagastatakse juhul kui teatate 2-6 päeva ja 50% kui teatate ette 1 päev või laagri esimesel päeval.

..... kohta teatan järgmist:

(ees- ja perekonnanimi, isikukood)

1. Kas teie lapsel on mingeid terviseprobleeme? Milliseid? (kroonilised haigused, sagedased peavalud, kõhuvalud jne.). Milliseid ravimeid teie laps sellisel puhul kasutab?

.....  
.....  
.....

2. Kas teie lapsel esineb allergiat? Milliseid?

.....  
.....

3. Kas teie laps kasutab regulaarselt ravimeid? Milliseid?

.....  
.....

4. Kas te annate lapsele kaasa medikamente, ravimeid? Milliseid? Kas laps teab, kuidas neid tarvitada?

.....  
.....

5. Kas teie laps on vaktsineeritud (puuk, teetanus)?

.....  
.....

6. Kinnitage, kas lubate või ei luba anda oma lapsele vajadusel järgmiseid ravimeid. Kriipsutage vale vastus maha.

- Paracetamol – valuvaigisti, palaviku alandaja Luban/Ei luba
- Ibumax – valuvaigisti (eriti luu, liiges, lihasvalud) Luban/Ei luba
- Aspiriin – palaviku alandaja Luban/Ei luba
- Loratin – allergia (või midagi muud sarnast) Luban/Ei luba
- Loperamiid – kõhulahtisuse vastane Luban/Ei luba
- No-špa – spasmolüütikum (spastilised valud – kõhuvalu, pinges peavalu, menstruatsioonivalu, ...) Luban/Ei luba

Käesoleva kinnitan andmete õigsust:

\_\_\_\_\_

Lapsevanema nimi ja allkiri

..... 2014 a.

Täitmise kuupäev