



Szkoła Zdrowia dr Lech Powolny
ul. Chrobrego 43/138 || 40-881 Katowice || fax 032 254 72 39
tel. kom. Lech Powolny: +48 602 178 208
tel. kom. Ewa Wyszowska +48 668 160 160
e-mail: lech@szkolazdrowia.com.pl

szkolazdrowia.com.pl
SZKOŁA
narty snowboard



rok założenia 1992 dr Lech Powolny
ZDROWIA
windsurfing kite

Zapraszamy na MAJÓWKĘ
DO WŁOCH I SZWAJCARII!!!!
Breuil - Cervinia u stóp
Matterhornu - 4478
i Monte Rosa - 4634!

**EXTREMALNIE
UDANE
SZKOLENIA**



Terminy:
29.04 - 07. 05. 2011 r. Breuil-Cervinia / Valle d'Aosta / Włochy

* wyjazd z terenu AWF Katowice, ul. Mikołowska 72a - piątek o godzinie 22.00, prosimy być minimum pół godziny przed wyjazdem, powrót do Katowic - sobota, po południu

Ośrodek narciarsko-snowboardowy Breuil-Cervinia w Dolinie Aosty, u stóp Materhornu-4478 m n.p.m. i Monte Rosa-4634 m n.p.m. należy do największych stacji we Włoszech. Rozległe tereny zjazdowe z trasami o wszystkich stopniach trudności, położone są od 2000 - 3500 m n.p.m mają połączenie z trasami i wyciągami szwajcarskiego Zermatt. Do dyspozycji około 260 km tras zjazdowych. Różne rodzaje wyciągów mają przepustowość ponad 25 000 osób / godz.

Naprawdę piękne i wysokie góry!!!





Szkolenie:

Zaproszenie dla wszystkich narciarzy i snowboarderów na każdym poziomie zaawansowania.

Szkolenie przez licencjonowanych instruktorów według współczesnych europejskich standardów.

Możliwość szkolenia i egzaminów na stopnie PZN i PZS. Snowpark dla narciarzy i snowboarderów, możliwość ustawiania tyczek, elektroniczny pomiar czasu!

W atrakcyjnej formule **ski&snowbord friendly** realizowany jest następujący - przykładowy - program szkoleń:

NARTY:

- > nauka i doskonalenie gwarantujące szybkie postępy
- > Kursy Pomocnika Instruktora, Kursy Kwalifikacyjne, Przygotowanie do zawodów instruktorów SITN PZN, Kurs Instruktorski, wykorzystujące naukę techniki i ewolucji programowych Polskiego Związku Narciarstwa
- > szkolenie funcarvingowe z nauką atrakcyjnych elementów jazdy fun i body carvingu
- > szkolenie sportowe carvingowe z wykorzystaniem boji bojek carvingowych, którego celem jest umiejętność technicznego przejazdu trasy slalomu carvingowego
- > szkolenie sportowe slalomu i slalomu giganta z wykorzystaniem tyczek slalomowych i elektronicznym pomiarem czasu, nakierowane na pozyskanie umiejętności i techniki najszybszego pokonywania trasy w każdych warunkach śniegowych i ekspozycji stoku oraz uczestnictwa w zawodach
- > organizacja i przeprowadzenie zawodów slalomu/slalomu giganta
- > lekcje indywidualne



SNOWBOARD:

- > nauka i doskonalenie gwarantujące szybkie postępy
- > Kursy na stopnie zaawansowania technicznego I-III kl., przygotowanie do zawodów instruktorów, Kurs Instruktorski wykorzystujący naukę techniki i ewolucji programowych SITSu
- > szkolenie freestyleowe z elementami streetu, skoków i jibbingu
- > zjazdowe szkolenie sportowe
- > organizacja i przeprowadzenie imprez snowboardowych
- > lekcje indywidualne
- > freestylecamp!!!



Koszt:

- opcja standard: 790,- PLN, dla uczestników zimowych i letnich imprez Szkoły Zdrowia zniżka 740,- PLN oraz 420,- euro, zakwaterowanie w apartamentach z kuchnią dla przygotowywania posiłków, lub opcja hotel*** 590,- euro - HP (śniadanie + obiadokolacja), odnowa biologiczna! Lokalizacja w odległości 250 m od wyciągów!

Koszt obejmuje:

- skipass 6 dni, korzystanie ze stoków w Szwajcarii - Zermatt - dopłata 46,-!
- zakwaterowanie w apartamentach typu trilo z możliwością samodzielnego przygotowywania posiłków lub hotel*** HP - śniadanie + obiadokolacja,
- przejazd autokarem klasy lux na trasie Katowice - Cervinia - Katowice,
- szkolenie narciarskie lub snowboardowe prowadzone przez uprawnionych polskich instruktorów, 6 dni na śniegu, w grupach zaawansowania, wg programu szkolenia na stopnie SITN lub SITS, w tym egzamin dla zainteresowanych na zakończenie kursu,
- naukę i pomoc w bieżącej konserwacji sprzętu,
- ubezpieczenie kosztów leczenia za granicą, następstw nieszczęśliwych wypadków i odpowiedzialności cywilnej.

Koszt nie obejmuje:

- wyżywienie (opcja apartament)
- jazda na nartach w Szwajcarii - dopłata 46,- euro ,
- kaucja zwrotna za skipass (5 euro)
- opłaty związkowe PZN lub PZS - dla zainteresowanych kursem kwalifikacyjnym, kursem PI SITN PZN lub klasami sprawności PZS - 50,- PLN.

W programie:

- doskonalenie techniki jazdy na nartach wg. aktualnych programów Polski i Austrii,
- szkolenie szkolenie carvingowe, freeride, freestyle, muldy, snowpark - freestylecamp!
- wykłady, videokamerowanie, dyskusje,
- możliwość - doszkolenie w jeździe sportowej na tyczkach, elektroniczny pomiar czasu!
- możliwość - kurs kwalifikacyjny SITN-PZN, I kursu PI PZN,
- możliwość - szkolenie i egzamin na klasy sprawności SITS.



Zachęcamy do posiadania i korzystania podczas ćwiczeń na śniegu z kasków! Dla dzieci i młodzieży do lat 15 oraz snowboarderów KASKI OBOWIĄZKOWE!

Uwagi:

- Warunkiem uczestnictwa dla uczniów, jest podpisanie przez rodzica zgody na wyjazd i akceptacja wymogów organizatora, dotyczących zachowań dziecka na wyjeździe.
- Zaliczkę w wysokości 400,- PLN prosimy przesłać niezwłocznie po otrzymaniu potwierdzenia zgłoszenia na konto Szkoły Zdrowia nr 88 1020 2313 0000 3402 0023 3627. Uzupełnienie opłaty zlotówkowej i opłaty w euro - na miejscu.

ZGŁOSZENIA I INFORMACJE: ELEKTRONICZNIE, TELEFONICZNIE, FAXEM, LISTOWNIE, OSOBIŚCIE
Szkoła Zdrowia, 40-881

Katowice, Chrobrego 43/138, tel. +48 602 178 208, fax. 32 254 72 39,

e-mail: lech@szkolazdrowia.com.pl

www.szkolazdrowia.com.pl