

Детский спортивный лагерь в Красной Поляне



Уровень подготовки

Специальной подготовки не требуется

от 40 000 руб.

14 дней / 13 ночей

Каким должно быть лето? Ярким! Активным! Интересным! Разнообразным! Познавательным! Детский лагерь "Совята" открывает набор в лагерь на летние смены.

В программе лагеря: ролики (горнолыжная техника), батут, велосипед, гимнастика, море, экскурсии, игры, мастер-классы, лекции. Скажем так: всего не перечислить! Мы ребята изобретательные и не любим грустить. Так что, добро пожаловать!

Роза Хутор -самый крупный круглогодичный курорт в России. По своей конструкции курорт Роза-Хутор имеет 3 уровня: Роза-Долина, Горная олимпийская деревня и Роза-Пик. Мы с Вами будем проживать в Горной Олимпийской деревне на высоте 1170 м.

План путешествия



Заезд участников. Расселение.

Инструктаж по технике безопасности.

Обед в ресторане отеля.

Свободное время (раскладываем вещи, гигиенические процедуры, отдых)

Полдник.

Общий сбор. Общаемся. Знакомимся.

Проверка наличия снаряжения. (ролики ,шлемы.защита)

Ознакомительная прогулка.

Ужин.

Свободное время 1.5 ч.

Перекус.

Отбой.



Подъем. Зарядка.
Завтрак в ресторане отеля.
Тренировка на роликах. Тестирование. Начальные занятия.
Обед в ресторане отеля.
Командные игры, мастер-классы.
Полдник.
Тихий час.
Экскурсия в комплекс «Моя Россия»
Ужин в ресторане отеля.
Свободное время 1.5 ч.
Перекус.
Отбой.



Подъем. Зарядка.
Завтрак в ресторане отеля.
Тренировка на роликах.
Обед в ресторане отеля.
Поездка в Хаски-Хутор.
Полдник.
Тихий час.
Едем на экскурсию в Роза-Долина. Фотосессия.
Ужин в ресторане отеля.
Свободное время 1.5 ч.
Перекус.
Отбой



Подъем. Зарядка.
Завтрак в ресторане отеля.
Тренировка на батуте.
Обед в ресторане отеля.
Поездка на море. Катаемся на SUP-сёрфе. Играем на пляже.
Полдник.
Тихий час.
Читаем. Делимся впечатлениями. Рассказываем истории.
Ужин в ресторане отеля.
Свободное время 1.5 ч.
Перекус.
Отбой.



Подъем. Зарядка.
Завтрак в ресторане отеля.
Тренировка на роликах.
Обед в ресторане отеля.
Поход в Панда-Парк.
Полдник.
Тихий час.
Просмотр приключенческого фильма в кинотеатре отеля.
Ужин в ресторане отеля.
Свободное время 1.5 ч.
Перекус.
Отбой.



Подъем. Зарядка.
Завтрак в ресторане отеля.
Тренировка на роликах.
Обед в ресторане отеля.
Поездка в зоопарк Кавказского Биосферного Заповедника.
Полдник.
Тихий час.
Лекции и мастер-классы.
Ужин в ресторане отеля.
Свободное время 1.5 ч.
Перекус.
Отбой.



Подъем. Зарядка.
Завтрак в ресторане отеля.
Поездка на море. Катаемся на SUP-сёрфе. пляжный волейбол.
Обед.
Экскурсия в Олимпийский парк. Фотосессия.
Полдник.
Тихий час.
Прогулка по Горной олимпийской деревне.
Ужин в ресторане отеля.
Свободное время 1.5 ч.
Перекус.
Отбой.



Подъем. Зарядка.
Завтрак в ресторане отеля.
Тренировка на батуте.
Обед в ресторане отеля.
Тренировка на роликах. Работа над ошибками.
Полдник.
Тихий час.
Просмотр мультфильмов в кинотеатре отеля.
Развивающие игры.
Ужин в ресторане отеля.
Свободное время 1.5 ч.
Перекус.
Отбой.



Подъем. Зарядка.
Завтрак в ресторане отеля.
Катаемся на велосипеде. Велоигры. Эстафеты.
Обед в ресторане отеля.
Поход на водопад.
Полдник.
Тихий час.
Читаем. Рисуем. Делимся впечатлениями. Рассказываем истории.
Ужин в ресторане отеля.
Свободное время 1.5 ч.
Перекус.
Отбой.



Подъем.Зарядка.
Завтрак в ресторане отеля.
Скалолазание.
Обед в ресторане отеля.
Поход в горы.
Полдник.
Тихий час.
Игры, мастер-классы.
Ужин в ресторане отеля.
Свободное время 1.5 ч.
Перекус.
Отбой.



Подъем.Зарядка.
Завтрак в ресторане отеля.
Тренировка на роликах.
Обед в ресторане отеля.
Поездка на море. Катаемся на SUP-сёрфе. Пляжный волейбол.
Полдник.
Тихий час.
Посещение мультимедийного класса.(планетарий, естествонаучные проекции)
Ужин в ресторане отеля.
Свободное время 1.5 ч.
Перекус.
Отбой.



Подъем.Зарядка.
Завтрак в ресторане отеля.
Тренировка на роликах.
Обед в ресторане отеля.
Экскурсия по достопримечательностям Красной Поляны.
Полдник.
Тихий час.
Просмотр приключенческого фильма в кинотеатре отеля.
Ужин в ресторане отеля.
Свободное время 1.5 ч.
Перекус.
Отбой.



Подъем.Зарядка.
Завтрак в ресторане отеля.
Тренировка на роликах.
Обед в ресторане отеля.
Скалолазание.
Полдник.
Тихий час.
Дискотека.
Подведение итогов. Дружеское общение.
Ужин в ресторане отеля.
Свободное время 1.5 ч.
Перекус.
Отбой.



Подъем.Зарядка.
Завтрак в ресторане отеля.
Сбор вещей.
Выезд из отеля.

Нить маршрута

Москва-Сочи-Москва

Рейс сопровождения будет указан чуть позже.

В стоимость тура входит

Проживание в отеле Riders Lodge

Трансфер (для рейса сопровождения)

Питание (5-разовое)

Тренировки (ролики, батут, скалолазание)

Досуг (экскурсии, поездки на море, командные игры, лекции, мастер-классы, фотосессии и т. д.)

Круглосуточная работа тренера-вожатого

В стоимость тура не входит

Перелет

Сувениры (по желанию)

Необходимые документы

Для детей до 14 лет: свидетельство о рождении, паспорт одного из родителей, полис ОМС, справка о здоровье ребенка по форме 079-У, нотариальная доверенность от родителей (для тех, кто летит без родителей).

Безопасность

Данная программа является потенциально опасной для здоровья и жизни любого из участников. Тренеры обеспечат необходимый уровень безопасности при условии соблюдения участниками ТБ.

Дополнительная информация

Как добраться до отеля самостоятельно:

г. Сочи пос. Красная Поляна, Эстосадок, курорт «Роза Хутор», территория Горной Олимпийской деревни, отель Riders Lodge

GPS координаты для навигатора — 43.66105, 40.31775

На общественном транспорте:

от ж/д вокзала Сочи — городской автобус №105 и 105с до остановки «Роза Хутор»;

из центра г. Адлер (остановка «Новый век») — городской автобус №135 до остановки «Роза Хутор»;

из международного аэропорта Сочи — городской автобус №105 и 135 до остановки «Роза Хутор»;

от ж/д вокзала Сочи или Адлер до ж/д станции «Роза Хутор» ходит электропоезд «Ласточка» согласно расписанию на сайте РЖД, далее до конечной остановки «Роза Хутор» идет фирменный автобус курорта (по прибытию электропоездов), а также городские автобусы 105 или 135

От остановки «Роза Хутор» до отеля «Райдерс Лодж» Вы можете добраться на канатной дороге «Олимпия», от нее отель расположен в пешей доступности (300 м);

На личном транспорте по автомобильной дороге Адлер – Красная Поляна, свернув в с. Эстосадок на Альпийское шоссе по направлению к комплексу «Санки» и Горной Олимпийской деревне.

Проживание/отели

Отель Riders Lodge в номерах категории "семейный". Отель находится на горном плато в "Олимпийской деревне", второй уровень из трех ГК "Роза-Хутор").

Тренеры

Мастера спорта, кандидаты в мастера спорта по горным лыжам. Специалисты по работе на роликах в отработке элементов горнолыжной техники. Каждый тренер имеет навыки оказания первичной мед. помощи. Тренеры имеют опыт работы с детьми и взрослыми.

Основным тренером будет Анастасия Веремеенко – мастер спорта и тренер по горным лыжам (специализация дети) категории В, специалист по работе как с индивидуальными программами, так и с группами, специалист в «работе над ошибками», победитель и призер соревнований с опытом работы тренером более 10 лет.

Условия оплаты

50% минимальной стоимости тура (согласно выбранной категории номера в отеле) в момент заключения договора и оставшуюся сумму не позднее, чем за 1 мес. до вылета.

Снаряжение

Ролики

- Носки для роликов
- Шлем
- Защита локтей, колен, спины (на ваше усмотрение)
- Аптечка (желательно)
- Головной убор
- Солнцезащитные очки (по желанию)
- Банные принадлежности
- Купальники, плавки
- Банные тапочки
- Кроссовки
- Сандалии
- Повседневная одежда
- Одежда для активностей
- Солнцезащитный крем