

REGULAMIN OBOZU BADMINTONA DLA DOROSŁYCH – ISTEbNA 2026

Niniejszy regulamin określa zasady uczestnictwa w zgrupowaniu sportowym organizowanym przez Stowarzyszenie Beskidzki Klub Badmintonu (BKB Set).

I. POSTANOWIENIA OGÓLNE

- Organizator:** Stowarzyszenie Beskidzki Klub Badmintonu (BKB Set) z siedzibą w Bielsku-Białej, ul. Krakowska 384C/5.
- Termin obozu:** 19 – 21 czerwca 2026 r.

II. LOKALIZACJA

Miejsce noclegu	Halniakowy Dwór Istebna 1310, 43-470 Istebna
Hala sportowa	Zespół Szkół w Istebnej Istebna 1345, 43-470 Istebna

III. KOSZTY I PŁATNOŚCI

Koszt uczestnictwa wynosi 1190 zł od osoby.

W celu potwierdzenia miejsca należy dokonać wpłaty do dnia 10 maja 2026 r.

Nr konta (mBank)	48 1140 2004 0000 3902 8585 0492
Tytuł przelewu	Obóz Istebna, imię i nazwisko

IV. RAMOWY PLAN OBOZU

Dzień I – Piątek

- 16:00 – 18:00 – Trening (Hala sportowa)
- 18:30 – 19:30 – Kolacja (Bufet szwedzki)
- 19:30 – 21:00 – SPA (Sauna, jacuzzi, basen)

Dzień II – Sobota

- 08:00 – 09:30 – Śniadanie (Bufet szwedzki)
- 10:00 – 12:00 – Trening (Hala sportowa)
- 13:00 – 14:00 – Obiad
- 15:00 – 17:00 – Trening (Hala sportowa)
- 18:00 – 20:00 – Kolacja grillowa (Ognisko, zupa, kiełbasa, dodatki)
- Po kolacji – Integracja / tańce / opcjonalnie SPA lub basen

Dzień III – Niedziela

- 08:00 – 09:30 – Śniadanie (Bufet szwedzki)
- 10:00 – 12:00 – Trening (Hala sportowa)
- 13:00 – 14:00 – Obiad i zakończenie obozu

V. PROGRAM SPORTOWY

Treningi obejmują następujące zagadnienia:

- Ćwiczenia motoryczne dostosowane do specyfiki badmintona.
- Doskonalenie techniki uderzeń.
- Taktyka gier singlowych i podwójnych.
- Gry szkoleniowe i schematy meczowe.
- Stretching, rolowanie oraz regeneracja powysiłkowa.

VI. WAŻNE INFORMACJE DLA UCZESTNIKÓW

- **Lotki:** Organizator zapewnia lotki plastikowe na potrzeby treningów. Lotki piórkowe uczestnicy zapewniają we własnym zakresie. Istnieje możliwość zakupu lotek piórkowych u organizatora w cenach hurtowych.
- **Dojazd:** Dojazd do ośrodka oraz przejazdy na halę sportową odbywają się we własnym zakresie.
- **Ubezpieczenie:** Organizator nie zapewnia ubezpieczenia NNW.
- **Sprzęt:** Uczestnicy powinni posiadać własną raketę odpowiedni strój sportowy i obuwie zamienne z jasną podeszwą przeznaczone do gry na hali.

VII. ZASADY PORZĄDKOWE

1. Uczestnicy są zobowiązani do przestrzegania regulaminu obiektu Halniakowy Dwór oraz regulaminu hali sportowej, na której odbywają się treningi.
2. Należy dbać o powierzony sprzęt sportowy oraz mienie w miejscu zakwaterowania. Za wszelkie szkody wyrządzone przez uczestnika odpowiada on osobiście.
3. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w harmonogramie treningów w zależności od dostępności obiektów lub innych przyczyn niezależnych.
4. Uczestnik bierze udział w zajęciach na własną odpowiedzialność, potwierdzając brak przeciwwskazań zdrowotnych.
5. Rezygnacja po 10 maja może wiązać się z brakiem zwrotu kosztów, chyba że zostanie znaleziona osoba na zastępstwo.
6. Uczestnik wyraża zgodę na wykorzystanie wizerunku w celach promocyjnych klubu BKB Set. Set (np. strona www, media społecznościowe).

VIII. KONTAKT

- Christian: +48 780 006 560
- Tomek: +48 602 431 382