

Wszyscy triathloniści przygotowujący się do sezonu startowego, który zbliża się wielkimi krokami będą mieli możliwość przygotowania się do niego razem z nami. Po raz drugi zapraszamy na triathlonową majówkę w Kozienicach, która odbędzie się w dniach **28-04.05.2014 r.** Obóz organizowany jest przez **Labosport Polska** oraz **Akademię Triathlonu** i skierowany jest zarówno do tych, którzy trenują od lat, jak i tych, którzy dopiero zaczynają swoją przygodę z triathlonem.

W tym roku trenerem podczas obozu majowego będzie **Piotr Grzegórzek**:



Piotr Grzegórzek jest trenerem triathlonu i zajmuje się przygotowaniem zawodników do startów na dystansach od sprintu do Ironmana. Jego podopieczni zdobywali m.in. kwalifikację na Mistrzostwa Świata Ironman 70.3 w Las Vegas, a także zajmowali czołowe miejsca na Mistrzostwach Polski Grup Wiekowych. Piotr był członkiem Kadry Narodowej w triathlonie od 2002 do 2010r. Zdobył 36 medali Mistrzostw Polski w Triathlonie, Duathlonie i Aquathlonie. Piotr wielokrotnie stawał na podium i wygrywał Puchar Polski, a jego największy sukces to 4 miejsce na Mistrzostwach Świata Juniorów oraz brązowy medal Akademickich Mistrzostw Świata w Triathlonie. Jest absolwentem Szczecińskiego IKF.

Seminaria i wykłady poprowadzi:



Filip Szołowski – Był reprezentantem Polski w Triathlonie. Zdobył 51 medali Mistrzostw Polski w Triathlonie, Duathlonie i Aquathlonie we wszystkich kategoriach wiekowych. Jego największe sukcesy to brązowy medal Akademickich Mistrzostw Świata i 3 złote medale Mistrzostw Polski Seniorów w Triathlonie. Jest absolwentem warszawskiego AWF-u na kierunku Wychowania Fizycznego. Trener triathlonu, pływania, kolarstwa i lekkiej atletyki.

Zeszłoroczna majówka dla wszystkich, którzy wyjechali była czasem odpoczynku od wielkomiejskiego zgiełku oraz pracy nad formą przed zbliżającym się sezonem. Kozienice to świetne miejsce na spędzenie tych 7 dni w triathlonowym klimacie. Podczas obozu zaplanowane są treningi pływackie na pobliskiej nowoczesnej pływalni DELFIN, treningi rowerowe na malowniczych trasach Mazowsza oraz treningi biegowe w terenie po starej Puszczy Kozienickiej, jak i na stadionie Kozienickiego Centrum Sportu i Rekreacji. To wszystko uzupełnione będzie częścią teoretyczną prowadzoną przez trenera.



Kozienice położone są 85 km na południe od Warszawy, 35 km na wschód od Radomia i 95 km na zachód od Lublina. Zapraszamy wszystkich triathlonistów do spędzenia majówki razem z nami. Gwarantujemy mocne treningi i dobrą atmosferę!



Koszt udziału w obozie to 1200 złotych od osoby trenującej.

Cena obejmuje:

- 6 noclegów w Pensjonacie Kozienickiego Centrum Rekreacji i Sportu (zakwaterowanie w pokojach 2-osobowych);
- 3 posiłki dziennie (śniadanie, obiad i kolacja);
- dostęp do obiektów sportowych (pływalnia, boisko z bieżnią tartanową, siłownia);
- zabezpieczone miejsce do przechowywania rowerów;
- udział w treningach i seminariach wraz z trenerami;
- ubezpieczenie NNW i KL.



Dodatkowo płatne usługi:

- pobyt osoby towarzyszącej (6 noclegów + 3 posiłki dziennie) – 800zł; inne opłaty, takie jak basen, udział w zajęciach sportowych są dodatkowo płatne;
- dzieci do lat 3 pobyt bezpłatny;
- dopłata do pokoju jednoosobowego 290zł.

Liczba miejsc jest ograniczona. W obozie może wziąć udział maksymalnie 20 osób. Organizator ma prawo do odwołania obozu w przypadku nie zebrania się odpowiedniej liczby osób. Wszystkich chętnych do wzięcia udziału w obozie prosimy o kontakt z Piotrem Grzegórką pod numerem telefonu +48 793-794-338 lub mailowo na adres:

piotr.grzegorzek@labosport.pl