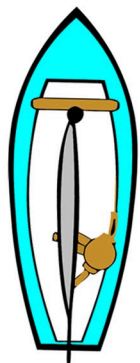
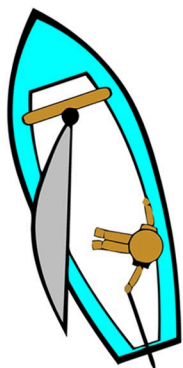


Το παιδί σας θα περάσει μία συναρπαστική εβδομάδα μάθησης με δραστηριότητες με βάση τη θάλασσα.

Θα βιώσει το νερό με έναν εντελώς νέο τρόπο, μαθαίνοντας τις αρχές της ιστιοπλοΐας & του κανόε-καχιάκ και τις αρχές ασφάλειας στη θάλασσα.



Τα καλοκαιρινά προγράμματα Ιστιοπλοΐας / Κανόε-Καχιάκ είναι ο πιο διασκεδαστικός τρόπος να δοκιμάσουν τα παιδιά την ιστιοπλοΐα και το κανόε-καχιάκ για πρώτη φορά, να αποκτήσουν νέες δεξιότητες, να περάσουν τη γραμμή τερματισμού στον πρώτο τους αγώνα, ή απλά να βρεθούν στη θάλασσα με φίλους.



Κάθε Τρίτη 13:15 - 15:30
επίσκεψη στο Θ/Κ Αβέρωφ

Κάθε Πέμπτη 13:15 - 15:30
επίσκεψη στο ΚΠΙΣΝ

Ημερήσιο Πρόγραμμα

08:30 - 08:45 Προσέλευση των παιδιών στον Όμιλο και διαχωρισμός σε γκρουπ (τα γκρουπ παραμένουν σταθερά καθ' όλη την περίοδο και κάνουν εναλλάξ κάθε μέρα και τα 2 αθλήματα).

08:45 - 09:30 Θεωρία και προετοιμασία σκαφών

09:30 - 11:15 Θάλασσα - Προπόνηση

11:15 - 12:00 Παιχνίδι, αποδυτήρια για όσους θέλουν να αλλάξουν και προετοιμασία για φαγητό

12:00 - 12:30 Φαγητό στο εντευκτήριο του NOTK

12:30 - 13:15 Ξεκούραση

13:15 - 14:30 Αλλαγή γκρούπ και θάλασσα

14:30 - 15:30 Παιχνίδι, φτιάξιμο σκαφών

15:30 Αποχώρηση

NOTK



Ενδεικτικό Μενού Εστίασης

Δευτέρα: Κοτόπουλο στο φούρνο με πατάτες

Τρίτη: Γεμιστά

Τετάρτη: Μπιφτέκια με ρύζι

Πέμπτη: Μακαρόνια με κιμά

Παρασκευή: Κοτομπουκιές με ρύζι

Κάθε μερίδα συνοδεύεται με σαλάτα αγγουροντομάτα και ψωμί. *τα γεμιστά συνοδεύονται και με φέτα

Εξοπλισμός

Τα παιδιά πρέπει να φέρνουν μαζί τους τον ακόλουθο εξοπλισμό:

- * Μαγιό
- * Αντηλιακό
- * Καπέλο
- * Γυαλιά ηλίου
- * Αθλητικά παπούτσια
- * Σαγιονάρες
- * Πετσέτα &
- * Μια αλλαξιά ρούχα



Για περισσότερες πληροφορίες & εγγραφές

στη γραμματεία του NOTK:

Τηλ: 210 4810390 - 697 7373358

Email: info@notk.gr

SUMMER CAMP 2019

**17 Ιουνίου έως 26 Ιουλίου
& 2 έως 13 Σεπτεμβρίου**

Δευτέρα - Παρασκευή

(08:30 - 15:30)

Για παιδιά από 6 έως 14 ετών

**8 Περίοδοι
Προγράμματα
5 ημερών**

17-21 & 24-28 Ιουνίου

1-5 & 8-12 Ιουλίου

15-19 & 22-26 Ιουλίου

2-6 & 9-13 Σεπτεμβρίου

Δυνατότητα συμμετοχής σε περισσότερες από μία περιόδους.

*** Συμπεριλαμβάνει και ένα πλήρες γεύμα**



NOTK