

femi ~ camp



femi ~ camp



FEMI CAMPy to obozy dla wszystkich **dorosłych dziewczyn**. Zapewnimy Wam głęboki jogowy relaks i surferskie aktywności w otoczeniu szumiących lasów, morskich fal i letniej bryzy.

W tym roku do naszego flagowego wyjazdu **FEMI SURF&YOGA CAMP** dołączyła lifestylowo-modowa marka **JOY in me**.

Zapraszamy Was w **5-ciu terminach**:
FC1.24-28.05.2023
FC2.07-11.06.2023 (DŁUGI WEEKEND)
FC3.14-18.06.2022
FC4.06-10.09.2023
FC5.20-24.09.2023

Morze Bałtyckie jest najlepsze do łapania pierwszych fal jak i trenowania równowagi przed większymi wyzwaniem.

Płyń z nami na fali!

MINDFULNESS

JOGA



EKOLOGIA

JOGA



Proponujemy Wam codziennie **poranne** zajęcia **jogi**, która idealnie przygotowuje, rozgrzewa i rozciąga ciało przed zajęciami z surfingu, poprawiając też stabilność i równowagę potrzebne na fali.

Camp został wzbogacony o **wieczorne** lekcje jogi, dzięki której rozluźnicie ciało po dziennych aktywnościach i zrelaksujecie się w promieniach letniego słońca.

Joga rozgrzewa, rozciąga i idealnie przygotowuje Twoje ciało do surfowania. Przy okazji poprawia także stabilność i równowagę - tak niezbędne na fali!

Jeśli chłód poranka nie pozwoli nam ćwiczyć na plaży korzystamy z przestronnej, zadaszanej przestrzeni.



PROGRAM

Oparty jest o treningi równowagi, jogi oraz motoryki, surfingu na wszystkich stopniach zaawansowania.



- ~ Podstawy surfingu, budowa deski i elementy sprzętowe
- ~ Bezpieczeństwo na wodzie - WOPR ISA
- ~ Łapanie pierwszych białych fal (załamanych fal)
- ~ 2 techniki wstawania na desce ćwiczenia na piasku, bosu
- ~ Przemieszczanie się na desce i pozycja na desce
- ~ Nauka czytania powstawania fal, prognoz, wiatrów

PROGRAM



Szkolenia i zajęcia surfing, bodyboarding, SUP są realizowane według standardów europejskich ISA.

Instruktorzy dopilnują, aby odpowiednio dopasować poziom szkolenia do Twoich umiejętności. Stawiamy przede wszystkim na bezpieczeństwo i jakość szkoleń, dlatego teoria wykładana podczas pierwszej godziny jest niezwykle istotna. Dla osób, które są przygotowane kondycyjnie i koordynacyjnie złapanie pierwszej fali, odbywa się bardzo szybko.



W PROGRAMIE ZAJĘĆ:

- ~ Szkolenie sportowe 4 godziny dziennie 3 dni (bez dnia przyjazdu);
- ~ szkolenia SUP / Surfing / Bodyboard
- ~ Nauka i oswajanie z falą Boogie Boarding;
- ~ Sesje jogi codziennie 2 x 1 godz. rano i wieczorem;
- ~ SPA, ognisko na plaży, longboardy i inne atrakcje według upodobania;
- ~ Nielimitowany dostęp czasowy w trakcie obozu, do sprzętu sportowego - desek i pianek;
- ~ Beach Party, impreza na terenie kempingu SUN 4 HEL;
- ~ Tematyczne spotkania w Kinie Żeglarz;
- ~ Wieczorne pokazy filmowe na kampusie Akademii

ZAKWATEROWANIE - KAMPUS AKADEMII SURFINGU

- ~ 4-osobowe domki kontenerowe (śpiwór)
- ~ 30 miejsc noclegowych/turnus

Na terenie kempingu MASZOPERIA SUN4HEL jest mini Centrum Odnowy Biologicznej z dostępem do **sauny**.

SPA usytuowane vis a vis bazy noclegowej Akademii Surfingu, co znaczy, że nawet gdy jest chłodniej i mamy ochotę się mocniej podgrzać, mamy wszędzie blisko

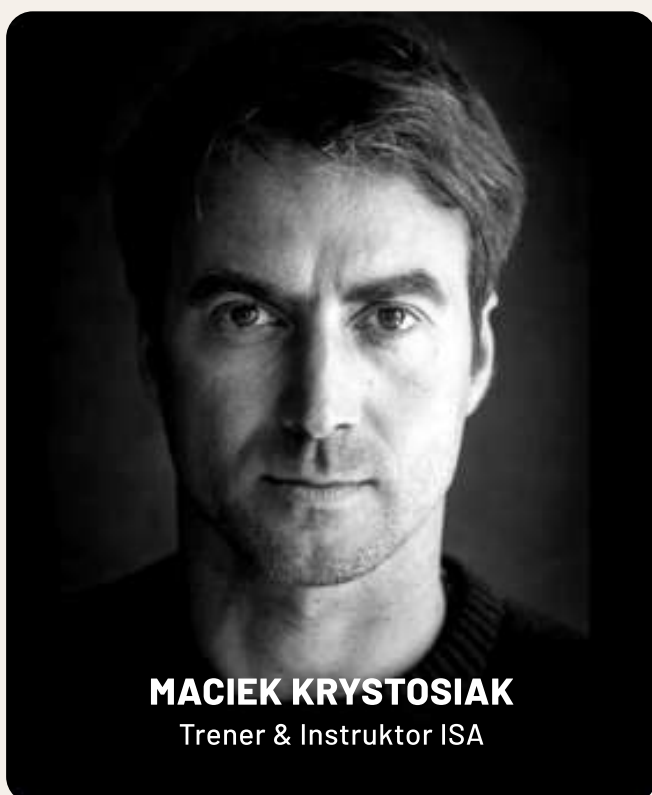
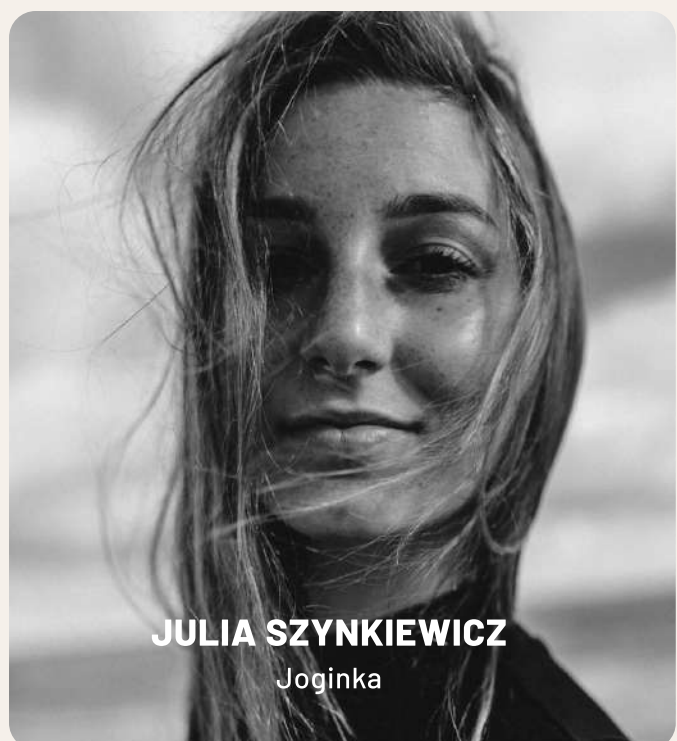
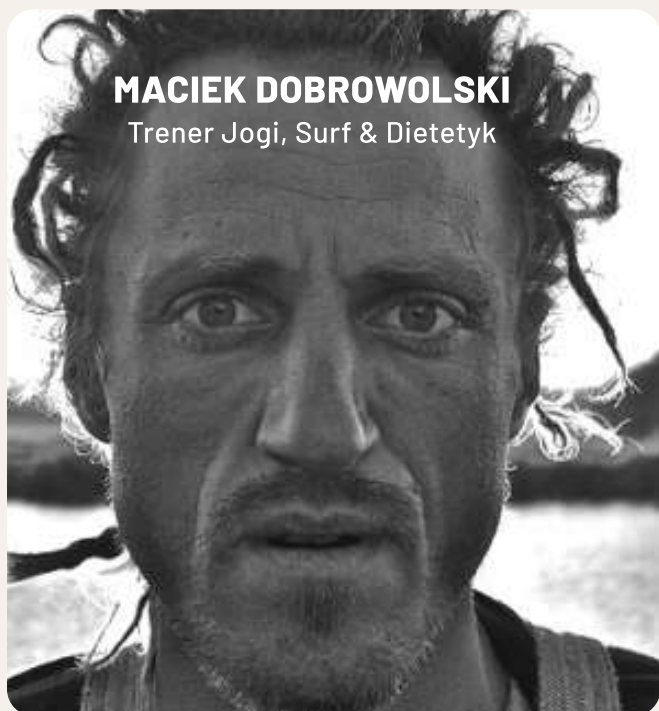


Na Kampusie Akademii wraz **Partnerami** wydarzenia, stworzyliśmy dodatkowo **przestrzeń wyciszenia i dobrej energii**, z której będziecie mogły korzystać w ramach Femi Surf&Yoga Camp. Więcej dowiecie się na miejscu...

Ponad to znajduje się tu sklep, sanitariaty i restauracja.

NASI LUDZIE

**POZNAJCIE CZĘŚĆ
NASZEJ EKIPY!**



CENNIK

FEMI CAMP 1

1270 PLN

24-28.05.2023

FEMI CAMP 2

1370 PLN

7-11.06.2023

FEMI CAMP 3

1270 PLN

14-18.06.2023

FEMI CAMP 4

1270 PLN

06-10.09.2023

FEMI CAMP 5

1170 PLN

20-24.09.2023

TRANSPORT W JEDNĄ STRONĘ

90 PLN

opcjonalny



REZERWACJA

Wypełnienie i wysłanie pocztą elektroniczną e-mail na kontakt@akademiasurfingu.pl

„Umowy-zgłoszenia uczestnictwa” oraz dokonanie płatności na następujących warunkach:

- opłata rezerwacyjna 500 zł w przeciągu 3 dni od zgłoszenia uczestnictwa
- na 30 dni przed rozpoczęciem wyjazdu wpłata 100% wartości imprezy

Rezerwacje wyjazdu realizujemy poprzez system rezerwacji na stronie www.rezerwacje.akademiasurfingu.pl

WARUNKI REZYGNACJI

wyłącznie na e-mail:

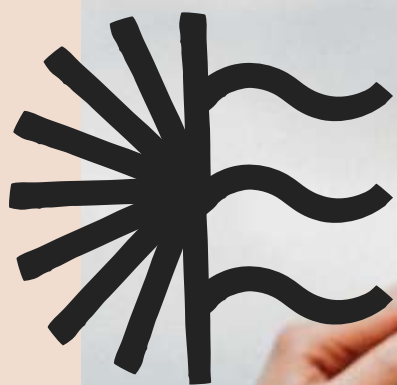
kontakt@akademiasurfingu.pl

z zachowaniem warunków zawartych w umowie. Każdego kto nie może jechać w podanych przez nas terminach, chciałby jechać na własną rękę, czy ma jakiegokolwiek pytania zapraszamy do kontaktu mailowego.

Nasza licencja: Wpis do Rejestru Organizatorów Turystyki i Pośredników Turystycznych Województwa Mazowieckiego o numerze 1845 oraz ubezpieczenie Signal Iduna.

Niniejsze ogłoszenie jest wyłącznie informacją handlową i nie stanowi oferty w myśl art. 66, § 1. Kodeksu Cywilnego.

WIDZIMY SIĘ



ZOSTAŃMY W KONTAKCIE

rezerwacja

akademiarezerwacje.com.pl



Potwierdzeniem rezerwacji jest wpłacenie zaliczki w wysokości 500 zł
oraz przesłanie wypełnionych i podpisanych dokumentów.

Gosia Brożek

731 553 335

Maciek Krystosiak

501 252 511

email

kontakt@akademiasurfingu.pl



femi_camp