



# LIETUVOS KARATĖ ASOCIACIJA

## organizuoja sporto-poilsio stovyklą 2012 m. liepos 9-12 d.



Jau aštuntus metus **Lietuvos karatė asociacija** organizuoja jaunųjų karatekų sportinę stovyklą. Šiais metais į stovyklą kviečiami vaikai nuo 8 iki 18 metų iš įvairių Lietuvos miestų: Šiaulių, Pakruojo, Klaipėdos, Radviliškio, Telšių ir Mažeikių.

Stovyklai keliami **tikslai**:

- užtikrinti masinį jaunimo užimtumą;
- sukurti jaunimui sąlygas saviraiškai, gebėjimų demonstravimui;
- skatinti asmenybės teigiamų charakterio bruožų ugdymą (draugiškumas, atsakomybė, pakantumas, vaizduotė, kūrybiškumas, išradingumas, iniciatyva).

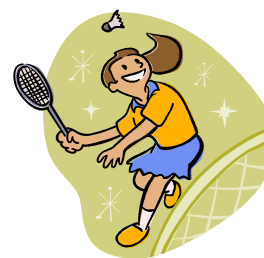
Keturias dienas stovyklautojams neteks nuobodžiauti. Kiekvieną dieną vyks treniruotės, varžybos, pramoginiai renginiai, kuriuos organizuos ir ves karatė klubų vadovai.

Karatekos sportuos bei pramogaus tradicinėje palapinių miestelio stovykloje „**Virvytės stovykla**“, kuri įsikūrusi Ventos ir Virvytės upių santakoje, Akmenės rajone. *Daugiau informacijos apie vietovę rasite internete [www.virvytesstovykla.lt](http://www.virvytesstovykla.lt)*

**Stovyklos kaina 110 Lt**

## Liepos 9 d. (pirmadienis) – Pažinties su stovykla diena

12:00 – 14:00	Atvykstam į Virvytės stovyklą (stovyklavietės sutvarkymas, stovyklos taisyklių aptarimas)
14:00 – 16:00	Laisvas laikas (maudynės Virvytės upėje, judrieji žaidimai)
17:00 – 19:00	Laužo paruošimas
19:00 – 21:00	Vakarienė (kepam dešreles prie laužo)
21:00	Karatė klubų prisistatymas
21:00 – 23:00	Diskoteka
23:00 – 24:00	Pasiruošimas miegui
24:00	Miegas



*Pastaba: pirmadienį valgom savo atsivežtą maistą*

## Liepos 10 d. (antradienis) – Judriųjų žaidimų diena

8:00	Rytinė treniruotė
10:00	Pusryčiai
11:00	Virvės traukimo varžybos
13:00	Pietūs
14:00 – 15:00	Laisvas laikas (poilsis)
15:00 – 17:00	Tinklinio varžybos
17:00 – 18:00	Laisvas laikas (maudynės)
18:00	Dienos renginys (bendras renginys su Virvytės stovyklos vaikais, konkursai bei varžybos)
19:30	Vakarienė
20:30 – 22:00	Judrieji žaidimai (futbolas, krepšinis, kvadratas)
21:00 – 23:00	Diskoteka
23:00 – 24:00	Pasiruošimas miegui
24:00	Miegas



## Liepos 11 d. (trečiadienis) - Rytų kovos menų diena

8:00	Rytinė treniruotė
10:00	Pusryčiai
11:00	Sumo varžybos
13:00	Pietūs
14:30 – 17:00	Ekskursija po apylinkes (žolininkės J.Balvočiūtės ekologinis ūkis)
17:00 – 18:00	Laisvas laikas (maudynės)
18:00	Dienos renginys (bendras renginys su Virvytės stovyklos vaikais, konkursai bei varžybos)
19:30	Vakarienė
21:00	Kata ir kovų turnyras – treniruotė
21:00 – 23:00	Diskoteka
23:00 – 24:00	Pasiruošimas miegui
24:00	Miegas
02:00	Naktinis renginys (Lobio paieška)



## Liepos 12 d. (ketvirtadienis) – Gero laiko diena

11:00	Pietūs
12:00 – 13:00	Stovyklos uždarymas (geriausių stovyklautojų pagerbimas, varžybų nugalėtojų apdovanojimas)
13:00 – 15:00	Stovyklavietės sutvarkymas
15:00 – 16:00	Išvykimas



*\*Renginių eiliškumas ir laikas gali kisti.*



SUSITIKSIME  
STOVYKLOJE !

