

**Tvirtinu:**

Lietuvos graplingo federacija  
Prezidentas  
Adrijus Kupstas

**Tvirtinu:**

VšĮ Palangos sambo akademija  
Vadovas  
Ernestas Doržinkevičius

**Tvirtinu:**

VšĮ Kovos menų akademija  
Vyr.treneris  
Natas Akmanavičius

## TARPTAUTINĖ GRAPPLING SPORTO STOVYKLA

### NUOSTATAI

**TIKSLAI IR UŽDUOTYS**

Stovyklos tikslas populiarinti grappling imtynių sporto šaką tarp Lietuvos ir užsienio šalių sportininkų, skatinti sveiką gyvenimą ir rūpintis vaikų ir jaunimo užimtumu.

**DATA IR VIETA:**

Stovyklos data: 2022 m. rugpjūčio 22-26 dienos. Stovyklos trukmė: 5 d. Stovykla vyks adresu: Daukanto g. 33, Palanga (Viešbutis „Palangos Dailė“)

**STOVYKLOS PROGRAMA**

Stovyklos metu per penkias dienas bus pravestos aštuonios grappling imtynių treniruotės - seminarai, kurių metu sportininkai bus supažindinti su grappling imtynių subtilybėmis, kova stovėsenoje ir parteryje. Bus aiškinamos IGF grappling imtynių taisyklės. Seminarus ves aukštos klasės, turintys didelę patirtį treneriai ir pedagogai.

1.	Atvykimas	Daukanto g.33	08-22 . 14.00 iki 15.00
2.	Vakarinė treniruotė	Daukanto g.33	08-22. 16.00-18.00
3.	Vakarienė, poilsis	Daukanto g.33	08-22. 19.00-21.00
4.	Pusryčiai	Daukanto g.33	08-23. 8.00-9.00
5.	Rytinė treniruotė	Daukanto g.33	08-23. 10.00-12.00
6.	Pietūs	Daukanto g.33	08-23. 13.00-14.00
7.	Vakarinė treniruotė	Daukanto g.33	08-23. 16.00-18.00
8.	Vakarienė, poilsis	Daukanto g.33	08-23. 19.00-21.00
9.	Pusryčiai	Daukanto g.33	08-24. 8.00-9.00
10.	Rytinė treniruotė	Daukanto g.33	08-24. 10.00-12.00
11.	Pietūs	Daukanto g.33	08-24. 13.00-14.00
12.	Vakarinė treniruotė	Daukanto g.33	08-24. 16.00-18.00
13.	Vakarienė, poilsis	Daukanto g.33	08-24. 19.00-21.00
14.	Pusryčiai	Daukanto g.33	08-25. 8.00-9.00
15.	Rytinė treniruotė	Daukanto g.33	08-25. 10.00-12.00
16.	Pietūs	Daukanto g.33	08-25. 13.00-14.00
17.	Vakarinė treniruotė	Daukanto g.33	08-25. 16.00-18.00
18.	Vakarienė, poilsis	Daukanto g.33	08-25. 19.00-21.00
19.	Pusryčiai	Daukanto g.33	08-26. 8.00-9.00
20.	Treniruotė	Daukanto g.33	08-26. 10.00-12.00
21.	Stovyklos uždarymas, sertifikatų įteikimas	Daukanto g.33	08-26. 12.00-13.00
22.	Pietūs, išvykimas	Daukanto g.33	08-26. 13.00-14.00

**Treniruotės vyks be kimono ir su kimono!** Stovyklos treneriai patys sprendžia kuri treniruotė bus su kimono, kuri be kimono. Rekomenduojama rytinė treniruotė su kimono

## APGYVENDINIMAS

Dalyviai bus apgyvendinti Palangos viešbutyje "Palangos dailė", adresu Daukanto g. 33, Palanga

## MAITINIMAS

Maitinimas 3 kartus dienoje, viešbučio "Palangos dailė" restorane.

## REGISTRACIJA

Išankstinė registracija galima el.paštu [kovosmenuakademija@gmail.com](mailto:kovosmenuakademija@gmail.com) arba tel. +37068502228, išankstinė registracija bus patvirtinta tik gavus apmokėjimą už stovyklą. Stovyklos dalyvių amžius: priimami dalyviai nuo 12 metų. **Nepilnamečiai stovyklos dalyviai privalo turėti tėvų arba globėjų sutikimą/leidimą dalyvavimui. Visiems dalyviams rekomenduotina turėti draudimą.**

## ATVYKIMAS IR APMOKĖJIMAS

Dalyviai į stovyklą atvyksta patys adresu Daukanto g. 33, Palanga. Registracija į stovyklą vyks 2022 m. rugpjūčio mėn. 22 d. nuo 14:00 iki 15:00 val. Dienos dalyvio registracija bus vykdoma kiekvienos stovyklos dienos rytą nuo 8:00 iki 9:00 val.

Stovyklos kaina: 5 dienos - 250,00 eur., 1 diena be nakvynės ir maitinimo - 40,00 eur., su maitinimu – 60,00 eur

Apmokėti už stovyklą galima grynais registracijos metu arba pavedimu į banko sąskaitą:

VšĮ Kovos menų akademija LT227180300002700354 (tik eurozonos šalims, norėdami atlikti pavedimą kita valiuta kreipkitės į organizatorius)

*Visą reikalingą informaciją Jums suteiksime tel.nr. +37068502228 arba el.paštu [kovosmenuakademija@gmail.com](mailto:kovosmenuakademija@gmail.com)*