



OBÓZ TENISOWY W SZWAJCARII

Tenis na wysokości 1650m, lodowce, wodospady, rowery, trekkingi, sery, Rolexy i krowy Milki. Do tego rewelacyjnie przygotowane korty i noclegi w schronisku alpejskim. Tak właśnie planujemy spędzić sierpień. Dołączycie?

11-17 SIERPANIA 2024



MÜRREN

Mürren to urocze miasteczko, położone nad pionowymi klifami Lauterbrunnen, pełne przygód, drewnianych domków i przepięknych widoków. Zamknięte jest na ruch samochodowy, można się tu dostać jedynie gondolą, dzięki temu panuje tu cudowny spokój i cisza.

W Mürren atrakcji jednak nie brakuje: trekkingi, paralotnie, ferraty, canyoning, drewniane tory przeszkód dla dzieciaków - to wszystko czeka na spragnionych wrażeń świrów. 3 lodowce: Jungfrau, Munch i Eiger, które widoczne są z każdego miejsca miasteczka jak na dłoni robią wrażenie na każdym, nie tylko na miłośnikach gór. A słońce, które na wysokość 1650m świeci mocniej sprawi, że zdjęcia zrobione tu będą zdobić Wasze ściany jeszcze przez długie lata!



ZAKWATEROWANIE

Zamieszkamy w kultowym **Sportchalet**, alpejskim schronisku z pięknym widokiem na cały region. Tu sportem nr 1 jest tenis - czekają tu na nas 4 dobrze przygotowane korty! Na parterze znajduje się restauracja (pyszne śniadania w cenie) i urocza sala kominkowa na wspólne wieczory integracyjne. Pokoje są skromne, ale jasne, ze świetnym widokiem (na góry lub miasteczko) i mają wygodne łóżka. Nie wszystkie mają prywatną łazienkę (ta wspólna jest też super), więc.. kto pierwszy - ten lepszy! :)



PROGRAM

Dzień 1:

Przyjazd do Szwajcarii. Gondola do Mürren. Powitanie.
Wieczór integracyjny z najpiękniejszym widokiem na lodowiec Eiger

Dzień 2:

Poranny trening tenisa
Zwiedzanie miasteczka, regeneracja w basenie sportowym

Dzień 3:

Poranny trening tenisa
Trekking na szczyty Birg (3h) lub Schilthorn (5h), górę Jamesa Bonda (2970mnpm), z obrotową restauracją i widokiem 360. Leniwi mogą wjechać (zjechać) gondolą

Dzień 4:

Poranny trening tenisa
Wycieczka do Lauterbrunnen i Grindelwaldu rowerami albo pociągiem. W Grindelwald - możliwość wjazdu kolejką na Jungfrauoch - "Top of Europe"

Dzień 5:

Poranny trening tenisa
Po południu duża dawka adrenaliny: paralotnie lub ferraty, a dla dzieci - "Park Alpejskich Kwiatów" lub "Wodny Labirynt"

Dzień 6:

Poranny trening i Wielki Turniej Tenisowy RelaksMisja Open
Pożegnalna kolacja z najpiękniejszym widokiem i rozdanie nagród

Dzień 7:

Po śniadaniu wyjazd do Polski
Możliwość przedłużenia pobytu o kilka dni w Lucernie, Lozannie lub Interlaken



1
VIEW

**Schilthorn
Piz Gloria**

**Spy World
Walk of Fame**

2970

Blüemlisalp
3664

Doldenhorn
3473

Wildstrubel
3243

Büttilassen
3193

Hundshorn
2929

Roter
Herd
2683

Chilchflue
2833

Sefinenfurgge
2612

**Skyline Walk
Thrill Walk**

2
THRILL

Birg
2677

Chilchfluepass
2454

Chilchbalm
4631

Poganggen
2039

Rotstockhütte
2051

Grauseeli

Schilthornhütte
2432

Oberberg
1930

Bryndli
2025

Schiltalp
1946

Riggli

Firten
1420

Spielbodenalp
1793

Blumental

Mauterhubel
1955

Northface Trail

**Allmendhubel
Flower Trail**

Flower Park

Water Labyrinth

Allmendhubel

3
CHILL

Gimmelwald
1363

Mürren
1638

Klettersteig
Via Ferrata

Mürren-
bach

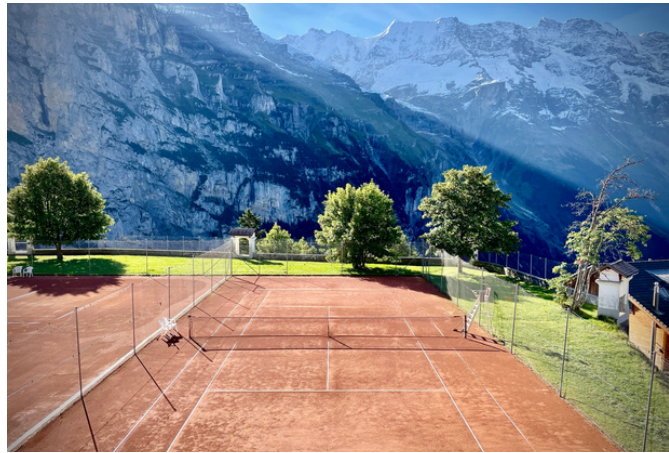
Chännelegg

Bürchen



TRENINGI TENISA

- Grać będziemy na kortach przyhotelowych - mamy tu do dyspozycji świetnie przygotowane 4 korty ceglane.
- Szkolenie przewidujemy na każdym poziomie zaawansowania - od początkujących amatorów po zawodników.
- W pakiecie jest 5 PORANNYCH TRENINGÓW (po 1,5 h). Szkolenie techniczne: doskonalenie uderzeń z elementami taktyki. Przygotowanie motoryczne: rozwinięcie siły, mocy i wytrzymałości
- POPOŁUDNIA luźne - czas na sparingi lub lekcje prywatne (dodat. płatne)
- NA KONIEC WYJAZDU turniej singlowy, deblowy/mixt dla dorosłych i dzieci
- **Trenować** nas będą **Konrad Wojtasik** i **Mateusz Stawowiak**. Obaj reprezentują krakowski KS Grzegórzecki. Konrad jest współzałożycielem Relaksmisja Tennis League, trenował naszych podopiecznych w Austrii, Australii i na Malediwach. Mateusz jest zwycięzcą Relaksmisja Tennis League 2018 i 2021, trenował uczestników naszych obozów tenisowych na Majorce, Krecie, Cyprze, Sardynii i w Zakopanem oraz podczas Australian Open 2023.





CENA:

Osoba dorosła grająca: **4900 zł**, osoba dorosła niegrająca: **4400 zł**

Dzieci grające: **4400 zł**, dzieci niegrające: **3900 zł**

Dopłata do pokoju z łazienką: **500 zł/os**, dopłata do jedyńki: **800 zł**

CENA ZAWIERA:

- zakwaterowanie w Mürren Sportchalet (6 noclegów, pokoje 2/3-os ze wspólną łazienką)
- przepyszne śniadania
- wjazd gondolą z parkingu Stechelberg do Mürren w obie strony
- 5 dni treningów tenisowych (1,5-godzinne treningi, w grupach 3-4 os, pod okiem doświadczonych trenerów)
- turniej tenisowy z nagrodami
- testowanie rakiet tenisowych Wilson podczas całego wyjazdu
- opiekę polskiego pilota
- pamiątkową koszulkę
- ubezpieczenie

CENA NIE ZAWIERA:

- przejazdu z Polski do Szwajcarii (14h), polecamy nocleg w “połowie drogi”, na przykład w Pradze. Możliwy też przelot z Warszawy/Krakowa do Zurichu i stamtąd pociąg, koszt to około 1200-1400 pln/os w obie strony
- parkingu w Stechelberg jeśli przyjedziecie samochodem (50CHF za 7 dni)
- jedzenia (szwajcarskie kluski Spatzle 20CHF, fondue: 30CHF, schabowy: 30CHF)
- wycieczek i atrakcji (wypożyczenie roweru górskiego: 20CHF, e-bajka: ok 50CHF, pociąg z Lauterbrunnen do Interlaken: 10 CHF, gondola na Shilthorn: 85CHF)