Harmonogram realizacji projektu

Projekt: **„Aktywna młodzież bez ekranów – treningi sportów walki jako przestrzeń budowania siły i pewności siebie”**
realizowany w ramach Programu **„Sportowy ORLEN”**
Okres realizacji projektu: **01.09.2026 r. – 31.08.2027 r.**
Miejsce realizacji regularnych zajęć: **Kowale Pańskie-Kolonia 53, 62-704 Kawęczyn**
Grupa docelowa: **dzieci i młodzież w wieku 7–18 lat z powiatu tureckiego**

1. Regularne zajęcia sportowe

Rozpoczęcie zajęć: 14.09.2026 r.

Poniedziałek

16:30–17:30 – boks olimpijski, dzieci 9–12 lat

Wtorek

16:30–17:30 – boks olimpijski, dzieci 7–9 lat
17:45–18:45 – boks olimpijski, młodzież 13–18 lat – grupa początkująca
19:00–20:30 – boks olimpijski, młodzież 13–18 lat – grupa zaawansowana

Środa

16:30–17:30 – boks olimpijski, dzieci 9–12 lat

Czwartek

16:30–17:30 – boks olimpijski, dzieci 7–9 lat
17:45–18:45 – boks olimpijski, młodzież 13–18 lat – grupa początkująca
19:00–20:30 – boks olimpijski, młodzież 13–18 lat – grupa zaawansowana

Piątek

18:00–19:00 – trening motoryczny / siłowy, młodzież 13–18 lat

Regularne zajęcia będą prowadzone przez cały okres realizacji projektu z uwzględnieniem przerw świątecznych oraz zmian organizacyjnych. W okresie wakacyjnym harmonogram regularnych zajęć może zostać ograniczony lub zmieniony.

2. Miesięczny harmonogram działań projektu

WRZESIEŃ 2026

01–13.09.2026 r.

- rekrutacja uczestników,
- kontakt z rodzicami i opiekunami prawnymi,
- kompletowanie dokumentacji uczestników,
- podział uczestników na grupy treningowe.

Od 14.09.2026 r.

- rozpoczęcie regularnych zajęć sportowych,
- rozpoczęcie treningów motorycznych i siłowych

PAŹDZIERNIK 2026

- regularne zajęcia sztuk walki według stałego harmonogramu,
- treningi motoryczne / siłowe

LISTOPAD 2026

- regularne zajęcia z boksu olimpijskiego,
- treningi motoryczne / siłowe,
- I spotkanie motywacyjno-edukacyjne ze sportowcem – ok. 2–3 godziny.

Dokładny termin spotkania zostanie przekazany uczestnikom z odpowiednim wyprzedzeniem.

GRUDZIEŃ 2026

- regularne zajęcia z boksu olimpijskiego,
- treningi motoryczne / siłowe,
- I warsztat specjalistyczny z ekspertem branżowym.

STYCZEŃ 2027

- regularne zajęcia z boksu olimpijskiego,
- treningi motoryczne / siłowe,
- dalsza realizacja programu treningowego i monitorowanie postępów uczestników.

LUTY 2027

- regularne zajęcia z uwzględnieniem przerwy związanej z feriami zimowymi,
- treningi motoryczne / siłowe,
- II spotkanie motywacyjno-edukacyjne ze sportowcem – ok. 2–3 godziny.

MARZEC 2027

- regularne zajęcia z boksu olimpijskiego,
- treningi motoryczne / siłowe,
- II warsztat specjalistyczny z ekspertem branżowym,
- przygotowanie uczestników do wewnętrznych turniejów sportowych.

KWIECIEŃ 2027

- regularne zajęcia z boksu olimpijskiego,
- treningi motoryczne / siłowe,
- I wewnętrzny turniej sportowy – grupa zaawansowana 13–18 lat,
- wyjazd edukacyjno-sportowy na profesjonalne wydarzenie sportowe – planowany termin kwiecień/maj 2027 r.

Dokładny termin i miejsce wyjazdu będą uzależnione od kalendarza dostępnych wydarzeń sportowych.

MAJ 2027

- regularne zajęcia z boksu olimpijskiego,

- treningi motoryczne / siłowe,
- II wewnętrzny turniej sportowy – grupa dzieci 7–9 lat,
- III wewnętrzny turniej sportowy – grupa dzieci 9–12 lat,
- III spotkanie motywacyjno-edukacyjne ze sportowcem – ok. 2–3 godziny,
- możliwość realizacji wyjazdu edukacyjno-sportowego, jeżeli nie zostanie przeprowadzony w kwietniu.

CZERWIEC 2027

- regularne zajęcia z boksu olimpijskiego,
- treningi motoryczne / siłowe,
- IV wewnętrzny turniej sportowy – grupa początkująca 13–18 lat,
- V wewnętrzny turniej sportowy – grupa dzieci 7–9 lat,
- III warsztat specjalistyczny z ekspertem branżowym,
- podsumowanie postępów uczestników przed okresem wakacyjnym.

LIPIEC 2027

- wakacyjna kontynuacja zajęć sportowych w wymiarze ustalonym przez Organizatora,
- 5-dniowy wyjazdowy obóz szkoleniowo-sportowy.

W programie obozu przewidziane zostaną w szczególności:

- treningi sportowe,
- przygotowanie motoryczne,
- zajęcia ogólnorozwojowe,
- działania integracyjne,
- elementy edukacyjne i wychowawcze,
- aktywny wypoczynek.

Dokładny termin, miejsce, program obozu, zasady transportu oraz informacje organizacyjne zostaną przekazane uczestnikom i rodzicom/opiekunom prawnym z odpowiednim wyprzedzeniem.

SIERPIEŃ 2027

- wakacyjna kontynuacja zajęć sportowych w wymiarze ustalonym przez Organizatora,
- końcowa ocena postępów uczestników,
- ankiety ewaluacyjne,

- podsumowanie udziału i frekwencji,
- podsumowanie rezultatów projektu.

Zakończenie realizacji projektu: 31.08.2027 r.

Informacja organizacyjna

Terminy regularnych zajęć mają charakter stały, natomiast terminy spotkań, warsztatów, turniejów, wyjazdu oraz obozu mogą ulec zmianie z przyczyn organizacyjnych.

Dokładne daty, godziny i miejsca działań dodatkowych będą każdorazowo przekazywane uczestnikom oraz rodzicom/opiekunom prawnym z odpowiednim wyprzedzeniem.

Organizator zastrzega możliwość wprowadzania zmian w harmonogramie wynikających w szczególności z dostępności obiektów i prowadzących, kalendarza wydarzeń sportowych, bezpieczeństwa uczestników oraz innych okoliczności mających wpływ na prawidłową realizację projektu.

Kontakt z Organizatorem:
tel. 885 181 151
e-mail: klub@power-gym.com.pl