

# EBRU KARADUMAN İLE CİMNASTİK & SÖRF YAZ KAMPI

**Çocuklar için;** karada taklaların ardı ardına geldiği, suda sörf ile dans ettikleri, bol kahkahalı anılar biriktirecekleri, deniz, kum, güneş, eğlence ve cimnastik dolu eşsiz bir kamp!



15 Kişilik  
Sınırlı Kontenjan!

7-12 Yaş

5-10 Temmuz  
2018

Bodrum  
Gümüşlük

İskele Cad. Selin Sok. Tibaş Blokları B-Blok No:6 Dükkan:1  
Caddebostan / İstanbul - T: +90 216 467 45 62 M: +90 539 454 85 80  
info@bedenatolyesi.com - www.bedenatolyesi.com

 /ebrukaradumanbedenatolyesi  @bedenatolyesi  @beden\_atolyesi

  
**Beden Atölyesi**  
EBRU | KARADUMAN

# EBRU KARADUMAN İLE CİMNASTİK VE SÖRF YAZ KAMPI

5-10 TEMMUZ BODRUM / GÜMÜŞLÜK

Çocuklar, bu yaz Ebru Karaduman ile cimnastik, dans ve eğlenceye doyacağınız ard arda taklalar atıp, sörf yaparken dans edeceğiniz deniz, kum, güneş, eğlence ve cimnastik dolu eşsiz bir kamp sizi bekliyor.

Bol bol eğlenecek ve güzel anılar biriktireceğiniz bu kamp için Ebru Karaduman 3 yaşından beri yaşadığı kampları ve yarışmaları düşünüp içerisine yapamadığı programları ekleyip, bol mutluluk ve hareket kattı. Ortaya eşsiz, butik bir yaz kampı çıktı!”

Kontenjanımız cimnastik tutkusu olan herkese birebir dokunabilmek için oldukça sınırlı; sadece 15 çocuk! Kamp süresince her gün Ebru Karaduman ile bolca takla atmaya, sörf ile tanışmaya, yapamadığın hareketlerin püf noktalarını keşfetmeye ve yeni cimnastik hareketleri öğrenmeye hazır mısın?

Çocuklar üzerinde hem mental hem fiziksel olarak yüzde 100 değişim, gelişim ve eğlence garantili eşsiz yaz kampımız için biz çok heyecanlıyız, haydi sen de **HAREKETE KATIL!**



# CİMNASTİK & SÖRF YAZ KAMPI DETAYLARI

- Yaz kampı tarihi 5-10 Temmuz 2018
- 6 Gün 5 Gece butik cimnastik & sörf yaz kampı konsepti ile ilk!
- Bodrum Gümüşlük Butik Zemda Otel’de bize ayrılmış özel alanlarda aktivite ve konaklama.
- Kontenjan 7-12 yaş arası 15 çocuk.
- Kampa ebeveynler katılmıyor.
- 8 çocuktan daha az katılımı, organizasyon gerçekleşmeyecektir.

## KAMPIN AMACI

Temel amacımız, tüm yıl ders ve teknoloji ile yorulmuş sporcularımıza, muhteşem bir doğada kendi yaşlıları ile sosyalleşirken, hayatları boyunca unutamayacakları bir CİMNASTİK & SÖRF yaz kampı yaşatmak. Sporcularımız ebeveynlerinden ayrı kaldıkları bu süre zarfında; keyifli bir ortamda spor disiplini ve kültürü ile özgüven kazanırken, kendi ayakları üzerinde durabilme ve cimnastik tutkularını yeni dostluklarla pekiştirme fırsat bulacaklar.

## CİMNASTİK

Kamp süresince her gün, Ebru Karaduman’ın önderliğinde cimnastik antrenmanları yapılacaktır. 8 yıldır Beden Atölyesi eğitmeni olarak görev yapan Elif Aydın da kamp süresince yardımcı antrenör olarak yer alacaktır. Cimnastik antrenmanlarının içeriği ve programı Ebru Karaduman tarafından belirlenecek, grup antrenmanlarının yanı sıra her çocuğun kişisel ihtiyacına göre ekstra dersler verilecektir.

## SÖRF

Belirlenecek 3 gün 6 saatlik sörf temel eğitimi, milli sporcu Ceyhun Yıldız ve kurucusu olduğu ‘Batı Sailing’ eğitmenleri tarafından verilecektir. Sörf eğitimi sırasında, ‘Beden Atölyesi’ ekibinde karada ve suda çocuklarımızla birlikte olacaktır.

## 6 Saatlik Temel Sörf Eğitimi Detayları

- Malzemeyi tanıma
- Malzeme kurulumu
- Rüzgar bilgisi
- Bord üstünde denge
- Seyirler
- Rüzgar üstü dönüş

## TESİS / KONAKLAMA

Cimnastik & Sörf yaz kampımız Bodrum Gümüşlük'te gerçekleştirilecek. Kamp süresince, butik Zemda Otel'de 2 çocuk 1 yetişkin olarak 3 kişilik odalarda konaklanacak. Otelde kampımız için ayrılan kapalı ve açık spor alanlarında, program akışına uygun olarak antrenmanlar gerçekleşecek.

## SAĞLIK

Konaklama yapılan otelde 24 saat hizmet veren sağlık personeli mevcut ve acil bir durumda gerekli müdahaleyi yapabilecek donanımı var.

## ULAŞIM

Kampımıza İstanbul'dan katılacak çocuklarımızla beraber ekip olarak, Sabiha Gökçen Havalimanı'ndan Bodrum'a gidilecek. Farklı illerden katılmak isteyenlere özel olarak, gereken organizasyon yapılabilir.