

Sportkampen
03 778 37 57
sportkampen@sint-niklaas.be

info zomersportkampen 2019

Beste sportieveling

Hierbij volgt nog extra info na je inschrijving van je sportkamp.

- Op tijd aanwezig zijn
Indien je niet in de vooropvang zit, verwachten wij jou de eerste dag een kwartier voor aanvang van het sportkamp. De dagen daarna is vijf minuten voldoende.
- Kledij
 - gemakkelijke sportkledij
 - voor zaalsporten: sportschoenen die geen sporen nalaten op de sportvloer
 - voor buitensporten: regenkledij en liefst ook specifieke buitensportschoenen, bijvoorbeeld voetbalschoenen voor deelnemers aan het voetbalkamp
 - voor inline skaten: skates die geen sporen nalaten op de sportvloer, plus pols-, elleboog- en kniebeschermers (verplicht)
 - voor krijgskunsten: los trainingspak dat tegen een stootje kan
 - voor mountainbike: mountainbikefiets en helm. Huren mogelijk na reservatie: fiets , 50 euro/week en helm 10 euro/week of 40 euro/4 dagen en helm 8 euro/ 4 dagen. Ter plaatse te betalen.
 - voor muurklimmen: soepel sportschoeisel
 - voor turnen en trampoline: lichte turnpantoffels
 - voor zwemmen: zwempak en handdoek
 - voor watergewenning en kleutersport⁽¹⁾: zwemkledij reeds aangetrokken onder de sportkledij en handdoek. Hulp van zwemouders bij het omkleden is wenselijk.
 - ponyrijden en omnisport: lange broek, laarzen om te rijden, rijhelm (als je die hebt, anders te gebruiken in de manège), short en sportschoenen voor de omnisport.
 - voor kleutersport: de kindjes moeten zindelijk zijn, dus geen luier meer dragen.

- Ook meebrengen
 - voor mountainbike: mountainbikefiets en helm verplicht (mogelijkheid tot huren)
 - voor racketsporten: liefst eigen racket
 - voor triatlon- en duatloninitiatie: eigen fiets meebrengen
 - voor zwemstijlverbetering: brevet 25m zwemmen
 - voor zeemeerminnenkamp: brevet 50m zwemmen
- Tussendoortje

Zowel in de voor- als in de namiddaglessen kan je tijdens de pauze je eigen versnapering en drankje gebruiken.
- Middaglunch

Indien je 's middags blijft eten, breng je jouw eigen lunchpakket mee.
OPGELET: je maakt gebruik van de plaatselijke cafetaria, waar eigen drank niet is toegestaan. Breng dus zeker een beetje zakgeld mee.
Bij alle hele dag sportkampen is het lunchdrankje inbegrepen in de inschrijvingsprijs.

Wij wensen jou een fijn sportkamp!

De stedelijke sportdienst.

⁽¹⁾ Praktische info sportkamp watergewinning en kleutersport in aparte bijlage