

Camp Discovery

(Pty) Ltd Game Reserve

Leadership, Sport and Adventure Academy

P.O. Box 11328
Hatfield
0028

Tel: 012 722 0072

Fax: 012 722 0073

Email: info@campdiscovery.co.za

Company Reg. No. 2002/019899/07

Geagte Landlooporganiseerder,

LANDLOOP AANGEBIED DEUR ALET KIESER

**U word hartlik uitgenooi na ons klinieke vir o/10 tot o/19 atlete
by Camp Discovery.**

MEER OOR CAMP DISCOVERY

Camp Discovery is 'n 270-hektaar wildreservaat 60 km noord van Pretoria in die Dinokeng-bewaringsgebied. 'n Verskeidenheid wild-, voël- en boomspecies kom hier voor in 'n tipiese bosveldhabitat. Gereelde wildbesigtigingsritte is deel van die program. 'n Verskeidenheid van wild soos elande, kameelperde, swartwitpense, bastergemsbokke, gemsbokke, waterbokke, rooihartbeeste, koedoes, rooibokke, blouwildebeeste, springbokke, rietbokke, bosbokke, zebras, njalas, duikers, steenbökkies en vlakvarke word gereeld gesien. Daar word ook geteel met goue wildebeeste en swart rooibokke.

Ons terrein en fasiliteerders is van uitstekende gehalte. Aktiwiteite wat waarde toevoeg tot die program is onder andere fietsritte, boogskiet, hindernisbane en ons uitstekende spyskaart!

MEER OOR DIE AFRIGTER

Camp Discovery is trots om met iemand soos ALET KIESER as die afrigter van landloop geassosieer te wees. Alet is wel bekend in die atletiek- en landloopkring en is tans Direkteur van Atletiek en Landloop by Hoërskool Eldoraïne.

Kwalifikasies:

- SA o/21-Landloopkampioen
- SA-Kolleges-Landloop, 3000m- en 5000m-Kampioen
- SA-Universiteite-Landloop, 5000m en Marathonkampioen
- SA-Universiteite- en SA-Kolleges Kleure
- Verteenwoordig SA by 1984 Wêreldlandloopkampioenskap in Portugal
- Noordwes-Marathonkampioen
- Neem deel aan SA 10km, 21km en 42,2km
- Comrades 1994 tyd: 6 uur, 42 minute

• www.campdiscovery.co.za • www.campdiscovery.co.za • www.campdiscovery.co.za •

Directors: WL van Deventer (Chairman), VD Mazibuko, JA Haasbroek

Afrigting:

- ASA Vlak 3- en IAAF-Vlak 1-afrigter
- 30 jaar atletiek en landloopafrigting ondervinding
- Afrigter van skole wat Provinsiale- en SA-Kampioenskappe verteenwoordig het
- Bied klinieke by Sportweni en vele ander landwyd aan

DATUMS VIR KLINIEKE

Hoërskole o/14 – o/19 10 – 15 Julie 2018

Laerskole o/10 – o/13 12 – 15 Julie 2018

WAT DIE KURSUS BEHEL

- Seisoen- en fase beplanning tot en met SA's
- Voorbeelde van gepaste oefenprogram vir die atleet
- Aanvullende oefeninge
- Strekoefeninge
- Korrekte eetplan met aanvullende vitamienes
- Voorbereiding vir 'n wedloop
- Wedlooptaktiek en -tegniek
- Landloop as voorbereiding vir die atletiek seisoen
- Psigologiese agtergrond – Wat is die nut van landloop?
- Persoonlike vorderingskaart met gereelde evaluasie toepassing

KOSTE

Hoërskole:

R1 970.00 per atleet

1 Afrigter per 30 atlete gratis

Afrigters – **R1 970.00**

(Alle aktiwiteite is ingesluit by die prys)

Laerskole:

R1 330.00 per atleet

1 Afrigter per 30 atlete gratis

Afrigters – **R1 330.00**

(Alle aktiwiteite is ingesluit by die prys)

BESPREKINGS

- 'n Deposito van R1 000 per skool is nodig om 'n bespreking te verseker.
- Individuele inskrywings waar ouers hul kinders self inskryf is ook welkom, 'n deposito van R200 is nodig om u bespreking te verseker.
- Ons versoek dat u **so gou moontlik** die Besprekings en Persoonlike Besonderhede vorms terug sal stuur.

WAT DIE PAKKET INSLUIT

Vir die atlete:

- Heerlike etes en uitstekende slaapperiewe
- Professionele afrigtingskursus
- Lesings en lesingmateriaal
- Opwindende aandprogramme
- Motiveringspraatjies en videos
- Ander opwindende aktiwiteite soos boogskiet, fietsritte, hindernisbane, 'n wildrit en nog vele meer!

Vir die afrigters:

- 'n Wildrit
- Netjiese toegeruste chalets (bring eie handdoek)
- Linne en eetgerei
- Fasiliteerders wat sal help met die aandprogram en toesig
- Die kursus sal in Afrikaans en Engels aangebied word

WAT OM SAAM TE BRING

Atlete:

- Oefenklere en skoene
- Bybel
- Jou oefendagboek
- Pen en papier
- Sien lys vir ander benodighede

FOR FUN WE RUN!!!

Camp Discovery Groete,

Marie van Deventer

Bemarkingsbestuurder

Sel: 082 697 1415

Epos: marketing@campdiscovery.co.za



Vir enige inligting rakende besprekings en kwotasies, kontak Natasha by 012 722 0072.

Besoek ons by www.campdiscovery.co.za

**BANK BESONDERHEDE
FNB HATFIELD
REK NR: 6210 1822 668
TAKKODE: 25 21 45**

Camp Discovery

Landloop

Besprekingsvorm

Datum van kamp: _____

Naam van skool: _____

Tel: _____ Faks: _____

Organiseerder: _____ Sel: _____

Epos (Organiseerder) : _____

Ouer (indien individuele inskrywing): _____

Sel nommer van ouer: _____ Tel: _____

Epos (Ouer) : _____

Datums en ouderdoms - groepe	Individuele inskrywings deur ouers	Deposito vir Individuele inskrywings deur Ouers R200	Aantal atlete per skool	Aantal afrigters per skool	Deposit o R1000 per skool	Totale bedrag per skool
o/10 seuns						
dogters						
o/11 seuns						
dogters						
o/12 seuns						
dogters						
o/13 seuns						
dogters						
o/14 seuns						
dogters						
o/15 seuns						
dogters						
o/16 seuns						
dogters						
o/17 seuns						
dogters						
o/18 seuns						
dogters						
o/19 seuns						
dogters						

LANDLOOP OEFENKAMP

Datum van kamp: _____

Persoonlike Besonderhede

Skool se naam: _____

Kontak persoon/Afrigter: _____

Tel: _____ Sel nr: _____

Naam van ouer/voog: _____

Sel nr van ouer/voog: _____

Naam van atleet: _____

Hoe lank hardloop jy al? _____

Beste prestasie: _____

Geboortedatum: _____

Sel nr van atleet: _____

Woonadres: _____

Epos: _____

Allergieë: _____

Mediese fonds: _____

Afrigter Besonderhede:

Naam van afrigter: _____

Hoe lank rig hy/sy al af: _____

Afrigter kom saam: JA/NEE