



## Uczniowski Klub Judo BUSHIDO

UKJ Bushido  
ul. Julianowska 42/67  
05-500 Piaseczno  
tel.508 751 975  
508 651 156

***Egzemplarz do oddania trenerowi***

### KARTA ZAWODNICZA UCZNIOWSKI KLUB JUDO BUSHIDO 2023/2024

Zawodnik/Uczestnik .....

Wybór sposobu trenowania:

3-6 razy w tygodniu - składka członkowska 200 PLN miesięcznie

2 razy w tygodniu - składka członkowska 180 PLN miesięcznie

Raz w tygodniu - składka członkowska 130 PLN miesięcznie

Pakiet rodzinny 2 osobowy – łączna zniżka o 30 PLN (nie dotyczy zajęć raz w tygodniu)

Pakiet rodzinny 3 i więcej osobowy – łączna zniżka o 80 PLN. (nie dotyczy zajęć raz w tygodniu)

Uwaga termin płatności składek to 10-ty miesiąc, za który składka jest należna.

W przypadku opóźnień w płatności, zniżki z pakietu rodzinnego nie obowiązują.

Nr rachunku bankowego 61 2030 0045 1110 0000 0413 6930

Zmiana sposobu trenowania wiąże się z wcześniejszym poinformowaniem władz klubu i obowiązuje od kolejnego pełnego miesiąca. Dotyczy to również zakończenia uczęszczania do klubu.

Nieobecności nie zwalniają z obowiązku płatności składek np. wczasy. Wyjątkiem są długotrwałe wyłączenia z treningów w wyniku ciężkich chorób lub kontuzji.

Podpis Rodzica

Podpis Zawodnika



# Uczniowski Klub Judo BUSHIDO

UKJ Bushido  
ul. Julianowska 42/67  
05-500 Piaseczno  
tel.508 751 975  
508 651 156

## ***Egzemplarz do oddania trenerowi***

Sezon 2023/2024

Zawodnik/ Rodzina \_\_\_\_\_

Harmonogram płatności

Miesiąc	Kwota składek klubowych	Termin płatności
wrzesień.2023		10.09.2023
październik.2023		10.10.2023
listopad.2023		10.11.2023
grudzień.2023		10.12.2023
styczeń.2024		10.01.2024
luty.2024		10.02.2024
marzec.2024		10.03.2024
kwiecień.2024		10.04.2024
maj.2024		10.05.2024
czerwiec.2024		10.06.2024

Podpis Rodzica lub Dorosłego Zawodnika

\_\_\_\_\_



# Uczniowski Klub Judo BUSHIDO

UKJ Bushido  
ul. Julianowska 42/67  
05-500 Piaseczno  
tel.508 751 975  
508 651 156

## ***Egzemplarz dla rodzica***

### KARTA ZAWODNICZA UCZNIOWSKI KLUB JUDO BUSHIDO 2023/2024

Zawodnik/Uczestnik .....

Wybór sposobu trenowania:

3-6 razy w tygodniu - składka członkowska 200 PLN miesięcznie

2 razy w tygodniu - składka członkowska 180 PLN miesięcznie

Raz w tygodniu - składka członkowska 130 PLN miesięcznie

Pakiet rodzinny 2 osobowy – łączna zniżka o 30 PLN (nie dotyczy zajęć raz w tygodniu)

Pakiet rodzinny 3 i więcej osobowy – łączna zniżka o 80 PLN. (nie dotyczy zajęć raz w tygodniu)

Uwaga termin płatności składek to 10-ty miesiąc, za który składka jest należna.

W przypadku opóźnień w płatności, zniżki z pakietu rodzinnego nie obowiązują.

Nr rachunku bankowego 61 2030 0045 1110 0000 0413 6930

Zmiana sposobu trenowania wiąże się z wcześniejszym poinformowaniem władz klubu i obowiązuje od kolejnego pełnego miesiąca. Dotyczy to również zakończenia uczęszczania do klubu.

Nieobecności nie zwalniają z obowiązku płatności składek np. wczasy. Wyjątkiem są długotrwałe wyłączenia z treningów w wyniku ciężkich chorób lub kontuzji.

Podpis Rodzica

Podpis Zawodnika



# Uczniowski Klub Judo BUSHIDO

UKJ Bushido  
ul. Julianowska 42/67  
05-500 Piaseczno  
tel.508 751 975  
508 651 156

## ***Egzemplarz dla rodzica***

Sezon 2023/2024

Zawodnik/ Rodzina \_\_\_\_\_

Harmonogram płatności

Miesiąc	Kwota składek klubowych	Termin płatności
wrzesień.2023		10.09.2023
październik.2023		10.10.2023
listopad.2023		10.11.2023
grudzień.2023		10.12.2023
styczeń.2024		10.01.2024
luty.2024		10.02.2024
marzec.2024		10.03.2024
kwiecień.2024		10.04.2024
maj.2024		10.05.2024
czerwiec.2024		10.06.2024

Podpis Rodzica lub Dorosłego Zawodnika

\_\_\_\_\_



# Uczniowski Klub Judo BUSHIDO

UKJ Bushido  
ul. Julianowska 42/67  
05-500 Piaseczno  
tel.508 751 975  
508 651 156

Na wszystkie treningi приходzimy 15 minut wcześniej, celem przebrania się i pomocy w rozłożeniu maty. W przypadku zakończenia treningu dzieci pomagają w składaniu maty.

Zajęcia można odrobić w innym dniu w przypadku nieobecności lub winnej grupie np. w przypadku dni świątecznych – do potwierdzenia z trenerami

## PLAN TRENINGOWY UKJ BUSHIDO NA ROK SZKOLNY 2023/2024

SZKOŁA PODSTAWOWA im. Janusza Korczaka ul. KAMERALNA 11 JÓZEFOSŁAW  
Start zajęć 4 września 2023

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
					10:00 - 11:30 TRENING FUNKCJONALNY
17:30 - 18:30 GRUPA POCZĄTKUJĄCA 18:30 - 20:00 GRUPA ZAAWANSOWANA	18:30-19:30 GRUPA ŚREDNIA 19:30 - 21:00 GRUPA ZAAWANSOWANA	17:30 - 18:30 GRUPA POCZĄTKUJĄCA 18:30 - 19:30 GRUPA ŚREDNIA 19:30 - 20:30 TRENING FUNKCJONALNY	18:30-19:30 GRUPA POCZĄTKUJĄCA 19:30 - 21:00 GRUPA ZAAWANSOWANA	18:30-19:30 GRUPA ŚREDNIA 19:30 - 21:00 GRUPA ZAAWANSOWANA	

CEM - SZKOŁA PODSTAWOWA nr 4 ul. Jana Pawła II 55 Piaseczno  
Start zajęć 18 września 2023

17:30 - 18:30 GRUPA POCZĄTKUJĄCA 18:30 - 20:00 GRUPA ŚREDNIA	17:30 - 18:30 GRUPA POCZĄTKUJĄCA 18:30 - 20:00 GRUPA ŚREDNIA	17:30 - 18:30 GRUPA POCZĄTKUJĄCA 18:30 - 20:00 GRUPA ŚREDNIA
--	--	--

## TRENERZY PROWADZĄCY UKJ BUSHIDO NA ROK SZKOLNY 2023/2024

SZKOŁA PODSTAWOWA im. Janusza Korczaka ul. KAMERALNA 11 JÓZEFOSŁAW  
Start zajęć 4 września 2023

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
17:30 - 18:30 GRUPA POCZĄTKUJĄCA 18:30 - 20:00 GRUPA ZAAWANSOWANA KRZYSZTOF	18:30-19:30 GRUPA ŚREDNIA 19:30 - 21:00 GRUPA ZAAWANSOWANA <i>randori</i> MATEUSZ	MARIUSZ 17:30 - 18:30 GRUPA POCZĄTKUJĄCA 18:30 - 19:30 GRUPA ŚREDNIA 19:30 - 20:30 TRENING FUNKCJONALNY DOROTA	18:30-19:30 GRUPA POCZĄTKUJĄCA 19:30 - 21:00 GRUPA ZAAWANSOWANA MATEUSZ	18:30-19:30 GRUPA ŚREDNIA 19:30 - 21:00 GRUPA ZAAWANSOWANA KRZYSZTOF	10:00 - 11:30 TRENING FUNKCJONALNY DOROTA

CEM - SZKOŁA PODSTAWOWA nr 4 ul. Jana Pawła II 55 Piaseczno  
Start zajęć 18 września 2023

17:30 - 18:30 GRUPA POCZĄTKUJĄCA 18:30 - 20:00 GRUPA ŚREDNIA MATEUSZ	17:30 - 18:30 GRUPA POCZĄTKUJĄCA 18:30 - 20:00 GRUPA ŚREDNIA KRZYSZTOF	17:30 - 18:30 GRUPA POCZĄTKUJĄCA 18:30 - 20:00 GRUPA ŚREDNIA MARIUSZ
---	---	---

DOROTA
MARIUSZ
KRZYSZTOF
MATEUSZ



## Uczniowski Klub Judo BUSHIDO

UKJ Bushido  
ul. Julianowska 42/67  
05-500 Piaseczno  
tel.508 751 975  
508 651 156

### Komunikacja klubowa

**SPORTSMANAGO** -jest to platforma do komunikowania się rodziców z trenerami i trenerów z rodzicami. Preferujemy dobrą organizację Klubu dlatego platforma sportsmanago 😊

Czy logowałeś się już do sportsmanago? Jeżeli nie przekaz nam telefon i mail i zaloguj się w strefie rodzica. Tą drogą rozsyłamy maile i SMS w istotnych dla klubu sprawach.

<https://sportsmanago.pl/>

1. Frekwencja
2. Zamówienia sprzętu
3. Grafiki
4. Opłaty
5. Komunikacja Klubowa – info o zawodach, wydarzeniach, obozach, życiu klubowym

#### FACEBOOK

Jeżeli jesteś na Facebooku proszę polub nasz funpage – bądź na bieżąco z tym co się dzieje w klubie

<https://www.facebook.com/ukjbushido/>

Mamy również facebookową grupę na którą wrzucane są informacje – dołącz Grupa Uczniowski Klub Judo BUSHIDO

**WHATSAPP grupa UKJBushidoZawody relacje** – tu wrzucamy info na żywo w czasie zawodów obozów zapraszamy do dołączenia – pisz na 508651156 lub skorzystaj z linku aby dołączyć i być na czasie

<https://chat.whatsapp.com/HHofuPlcpSKD2fegAlUeA1>

#### GOOGLE

Dodaj opinię na Google . Wybierz punkt w którym trenujecie i jest nasza gorąca prośba o dodanie pozytywnej opinii w portalu Google 😊 Z góry dziękujemy

**Strona Internetowa** Nasza strona to [www.Judobushido.pl](http://www.Judobushido.pl) Zachęcamy do zapoznania się 😊

#### BUSHIDO FAMILY

Popieramy duże zaangażowanie rodziców w organizowanie życia klubowego. Zostań członkiem BUSHIDO FAMILY. Jeśli jesteś aktywny, chcesz pomagać – witamy w rodzinie. Dla uczestniczących Rodziców Koszulka klubowa gratis 😊. Jeżeli Ty lub Twoja firma, chcecie nawiązać współpracę reklamową, jesteśmy na nią otwarci. Szczegóły u Trenera Krzysztofa 508651156. Zostań sponsorem Bushido 😊.



## Uczniowski Klub Judo BUSHIDO

UKJ Bushido  
ul. Julianowska 42/67  
05-500 Piaseczno  
tel.508 751 975  
508 651 156

### PREZENT STARTOWY KARNET WEJŚCIÓWKA

Darmowy Karnet na 4 wejścia dla nowych uczestników.

Trening Funkcjonalny w BUSHIDO. Trening obwodowy metodą Tabata.

Trening dla małego i dużego. Skierowany również do **Rodziców**, chcących poprawić kondycję.

Możliwość wspólnego z dziećmi spędzenia czasu aktywnie i na sportowo

Środa godzina 19:30 Sobota godzina 10:00 - Kameralna 11, Józefosław sala siłowni

Przyjdź i spróbuj - > Trener Prowadzący Dorota Stępień

	1	2	3	4
Data treningu				
Poziom satysfakcji				
1- 6				

Po zakończonym cyklu oddaj kartę trenerowi 😊 Poczuj z Nami Endorfinę.