

## INFORMĀCIJAS LAPA VECĀKIEM

### Dienas nometne “Peldi kā delfins”

**Nometnes organizētājs:** SIA “Siguldas Sporta serviss” (Reģ. Nr. 40003411141)

**Norises laiks:** 13.07.2026. – 17.07.2026. / 20.07.2026. – 24.07.2026. / 27.07.2026. – 31.07.2026.

**Nometni vadīs:** Nometnes vadītāja, peldēšanas trenere, Diāna Treija (tāl.nr. 27405211);

Nometnes vadītāja palīgs, Svetlana Reinkopa (tāl.nr. 29945903)

Nometnes otrais peldēšanas treneris, Andra Fridrihsone (tāl.nr. 26434461)

**Nometnes norises vietas:** Sporta bāze “Siguldas Sporta centrs”, Piedzīvojumu parks “Tarzāns”, saldējuma gatavošanas darbnīca “Siguldas saldējums” telpās, Siguldas pilsētas teritorija, Gaujas nacionālais parks

**Ierašanās nometnē:** katru dienu sporta bāzē “Siguldas Sporta centrs” pie ieejas, plkst.9.00 (pirmajā nometnes dienā ierašanās plkst.8.30 uz informatīvo vecāku sapulci).

**Nometnes dienas noslēgums:** katru dienu sporta bāzē “Siguldas Sporta centrs” pie ieejas, plkst.16.30.

### Nepieciešamais inventārs:

- Garais un īsais sporta apģērbs, rezerves t-krekls;
- Lietus jaka – plāna; lietussargs (pēc nepieciešamības);
- Sporta apavi;
- Sporta cepure ar nadziņu;
- Saules brilles (vēlams sporta);
- Peldkostīms, dvielis (vēlami 2 komplekti), peldcepure, peldēšanas brilles, peldbaseina čības, higiēnas piederumi;
- Mugursoma, kur ielikt savas privātās mantas.

### Citas lietas:

- Ja nepieciešami, tad vienreizējie kabatlakatiņi;
- Saules aizsargkrēms;
- Tiks izveidota nometnes vecāku *WhatsApp* grupa, kurā Jūs katru dienu saņemsiet aktuālo informāciju par nometnes norisi un informāciju, kas ir nepieciešams līdzņemšanai nākamajai treniņu dienai;
- Sazināties ar treneri varēs, zvanot vai rakstot uz trenera personīgo telefona nr.

### Nometnes dalības maksā ietilpst:

- Ikdienas pusdienas, launags;
- Peldbaseina apmeklējums un treniņš;
- Sporta spēles un fizioterapeita nodarbības Siguldas Sporta centrā;
- “Siguldas saldējums” meistarklase, saldējums;
- Piedzīvojuma parka “Tarzāns” šķēršļu parka apmeklējums;
- Sporta bāzes “Siguldas Sporta centrs” ūdens parka apmeklējums;
- Nometnes suvenīrs;
- Programmas īstenošanai nepieciešamie izdevumi;
- Citi izdevumi.