



# CROSSWATER CSAPATÉPÍTÉS



# PROGRAMAJÁNLÓ

Tematikus programjaink rekreációs szakemberek segítségével a csapat igényeinek megfelelően alakulnak. Testi és lelki felfrissülést nyújt a természetben szervezett mozgás. Remek alkalom nyílik nálunk a közösség összekovácsolására.

2020

UGORJUNK BELE!



# SUP-TÚRÁK

Napindító és naplementés túráinkon különböző sporteszközökkel (SUP, kajak, kenu) felfedezhető a nádasok titokzatos világa. Túravezetőink irányításával átláthatóvá válik e természeti labirintus.

2020

EGYENSÚLYBAN VAGYUNK!



# KAJAK – & KENUTÚRÁK

Egy- és többszemélyes kajakokkal nagyobb távok is kényelmesen megtehetőek. Kenuval bejárható a tó csendesebb, érintetlen része is. Az evezők összehangolt húzása biztosítja az egyenletes, célirányos haladást.

EGY CSÓNAKBAN EVEZÜNK!

2020



# SZÖRFÖZÉS

Szörfözés az alapoktól haladó szintig.  
A felszerelésekkel való ismerkedés után, a száraz-  
földi oktatást követően történik a vízreszállás.  
A kezdők 1–2 óra alatt sajátítják el az  
alapokat, míg a haladó szörfösök  
új elemekkel bővítik tudásukat.

2020

LENDÜLETBE JÖVÜNK!



# CSAPATJÁTÉK

SUP-jóga, SUP-pilates és SUP-hiit órák. Jógamatracon végezhető lazító és erősítő programok. Versenyzés MEGASUP deszkákkal, kajakkal vagy vízibiciklivel. Crossbike-on a leggyorsabb páros mutatkozhat be.



2020

KÖZÖS ERŐVEL!

# SUP-PÓLÓ

Az egyik legizgalmasabb programunk a SUP-póló. Aktív feltöltődés, szórakozás és igazi csapatmunka. Egy lyukas lapáttal kell a labdát eljuttatni a kapuba, ami a vízen egyensúlyozva nem is olyan egyszerű feladat.

2020

NYERÉSRE ÁLLUNK!



# KAPCSOLAT

PROGRAMSZERVEZŐ: KIS NORBERT

TELEFONSZÁM: +36 70 317 7044

[crosswater@crosswater.hu](mailto:crosswater@crosswater.hu)

[facebook](#)

[sup-polo](#)

[youtube csatorna](#)

[www.crosswater.hu](http://www.crosswater.hu)

