

# CAPOKIDS.LV

AICINA

02-08. JŪLIJĀ

## Capokids.lv CapoFestival 2018

Ziemeļvalstu Ģimnāzija – P.Leijiņa 12

Mestre Chicote

Professor Queijo

Professor Parafuzo



# Tas ir informācijas buklets Capokids grupas bērniem (līdz 12 gadiem)

*ja ir šaubas vai lasāt pareizo bukleti, lūdzu skatīt grupu sadalījuma tabulu.*

[http://ej.uz/capofest\\_Groups](http://ej.uz/capofest_Groups)

Citus bukletus jūs varat atrast zemāk

- ❑ Информационный буклет на русском языке для детей группы Capokids (возраст до 12 лет) – [http://ej.uz/capofest\\_CapokidsGroupRu](http://ej.uz/capofest_CapokidsGroupRu)
- ❑ Если ваш ребёнок старше 12 лет, подросток или вы взрослый капоэйрист, то информацию можете найти тут – [http://ej.uz/capofest\\_TeensAdultsRu](http://ej.uz/capofest_TeensAdultsRu)
- ❑ Jā jūsu bērns sasniedza 12 gadus vecumu, pusaudžis vai Jūs esat pieaugušais capoeirists, tad informāciju Jūs varat atrast te [http://ej.uz/capofest\\_TeensAdultsLv](http://ej.uz/capofest_TeensAdultsLv)

# Kas ir Capokids Festivāls 2018?

Mūsu 2018. gada festivāls ilgs veselu nedēļu no

**2. Jūlija līdz 8. Jūlijam.** Šogad mēs nolēmām palikt pie pagājušā gada festivāla formātā un organizēt nelielus seminārus, sadalot capoeiristus divās grupās un organizējot divus seminārus, lai saglabātu festivāla efektivitāti un mājīgu atmosfēru. Tomēr šogad mūs gaida spilgts un interesants jaunums: **Capokids Capoeira Challenge** - capoeiristu komandas sacensības, kurās spēs piedalīties visi ieinteresētie capoeiristi.

Bērņus no grupas Capokids (vecums līdz 12 gadiem) gaida:

- 3 semināru dienas no 11:00 līdz 17:00 (2.3.4. jūlijā)
- jostu pasniegšanas ceremonija ceturtdien (5. jūlijā)
- Piedalīšanas vai skatītāju loma Capokids Capoeira Challenge (7. Jūlijā).
- Pikniks Svētdienas vakarā (8. jūlijā)!

*Ar pilnu nodarbību sarakstu var iepazīties zemāk.*

**Festivāls norisināsies Ziemeļvalstu Ģimnāzijā, pēc adreses Paula Lejiņa iela 12.**

# Kas ir seminārs?

Seminārs – tie ir intensīvi, dinamiski un ļoti interesanti treniņi no bērnu capoeiras treneriem no visas pasaules. Tā ir draudzīga atmosfēra un sporta gars, pieredzes apmaiņa un komandas spēles. Tas ir dienas pilnas ar capoeiru.

Seminārā var piedalīties visi bērni, arī tie, kuri uzsāka trenēties pavisam nesen. Semināros, īsā laikā, bērni saņem daudz jaunas interesantas informācijas, intensīvi iegūst jaunas zināšanas un iemaņas, tāpēc pēc semināra beigšanas rezultāts ir ļoti manāms.

Septiņu gadu laikā mēs organizējam vairāk nekā 20 seminārus bērniem un pieaugušajiem, vienmēr atvadot uz Latviju labākus capoeira trenerus!

## Kas ir Batizado 2018?

Batizado – tā ir skaista ikgadēja jostu pasniegšanas ceremonija. Batizado notiek tikai reiz gadā, jūlijā.

Visi velc mugurā baltās kapoeira drēbes, spēlē mūziku un spēlē kapoeiru radot visu ko ir iemācījušies.

Bērniem līdz 12 gadiem jostu pasniegšanas ceremonija norisināsies ceturdien, 5. Jūlijā.

Bērniem 12+, pusaudziem, pieaugušajiem Batizado notiks svētdien, 8. Jūlijā.

# Kas Capokids Capoeira Challenge?

Capokids Capoeira Challenge – tas ir pirmas pasaulē capoeiristu komandu sacensības. Sacensībās varēs piedalīties jebkurš kapoeirists vecuma no pieciem gadiem.

Sacensību laikā visi dalībnieki tiks nejauši sadalīti komandās pa 7 cilvēkiem.

**Katrai komandai, stundas laikā būs jā sagatavo:**

- komandas priekšnesumu (šovu)
- angola spēli (lēnais capoeiras stils) - piedalās 2 cilvēki no komandas.
- reģionāl spēli (ātrais capoeiras stils) - piedalās 2 cilvēki no komandas.
- freestyle (brīva) spēle (capoeira- akrobatika) - piedalās 2 cilvēki no komandas.
- solo uzstāšanās - 1 cilvēks no komandas.

Komandas uzdevums ir sadalīt dalībniekus tā, lai katrs piedalītos vienā no disciplīnām (reģionāl, angola, freestyle vai solo). Komandas kopēja priekšnesumā piedalās visi komandas dalībnieki.

Capokids Capoeira Challenge notiks Capokids Capoeira festivāla ietvaros un sacensības tiesās: Mestre Chicote, Profesors Queijo, citi festivāla viesi un Latvijas capoeira treneri.

Uzvarētājus gaidīs foršas dāvanas no sponsoriem, bet īstenībā galvenā tīksme ir draivs un laika pavadīšana foršā kompānijā.

# Informācija par treneriem

**Mestre Chicote** ir Latvijas bērnu kapoeiras grupas virspārraugš. Mestre Čikoče ir viens no vislabākiem mūsdienu treneriem. Parīzē viņam 3 lielas bērnu grupas. Pie tam, viņš strādā privātskolās, pasniedzot kapoeiru un nodarbojās ar bērniem, kuriem ir fiziskās problēmas. Uz doto brīdi viņu treniņus apmeklē vairāk nekā 300 bērni Parīzē. Turklāt viņš ir daudzu kapoeiras skolu kurators visā pasaulē. Viņš dara savu darbu labi un bērni viņu mīl. Droši vien tāpēc, ka viņš to dara no visa sirds.

Internetā var apskatīt tūkstošiem video, kur spēlē Mestre Čikoče (piemēram, var uzsākt no šī: <http://goo.gl/Y8hKj>), bet viņa prasmi strādāt ar bērniem nespēs parādīt neviens video.



# Informācija par treneriem

**Professor Queijo** uzsāka nodarboties ar capoeira 2008. gadā un uzreiz sāka palīdzēt savam trenerim Kino vadīt bērnu nodarbības. Līdz 2014. gadam Queijo nodarbojas ar capoeira Brazīlijā, un 2014. gadā viņš pārcēlās dzīvot uz Vāciju, kur līdz šim brīdim turpina pasniegt capoeira privātās skolās.  
<https://www.instagram.com/andreasqueijo/>

---

**Instrutor Parafuso** (Kosta Shterev) Contramestre Izol students nodarbojas ar capoeira kopš 2007. gada un dzīvo Bulgārijā. Zem Contramestre Izol un Mestre Espirro Mirim uzraudzības nodibinājis capoeira grupu Sofijā, un 2013. gadā sāka pasniegt capoeira bērniem. Šobrīd viņa grupa ir lielākā capoeira grupa Bulgārijā.

---



# Festivāls 2018

Festivāla laikā mūsu kapo-bērni:

- ✓ Trenēsies zem brazīļu treneru uzraudzības
- ✓ Spēlēs sporta un komandas spēles
- ✓ Mācīsies jaunās kapoeira kustības un attīstīs jau apgūtas
- ✓ Mēģinās akrobatiskas trikus
- ✓ Atsvaidzinās un atkartos visu izieto gadā materiālu
- ✓ Iemācīsies jaunās dziesmas
- ✓ Saņems jostas
- ✓ Piedalīsies Capokids Capoeira Challenge



# Līdzī ir jāņem

- Sporta bikses vai šorti un 2 krekli
- Ūdens
- Sporta apavi vai zandales, lai tiktu no ģerbtuves zālē
- Ābols/Banāns (ja sagribēsies papildus uzkost)
- Spēks - lai daudz trenētos!
- Smuko balto apģērbu labāk atstāt uz Batizado pasākumu 😊



# Festivāla grafiks

## Grupa Capokids (bērni līdz 12 gadiem)

Diena	Laiks	Aktivitāte
Pirmdiena 02.07	11:00 – 17:00	treniņš
Otrdiena 03.07	11:00 – 17:00	treniņš
Trēšdiena 04.07	11:00 – 17:00	treniņš
Ceturtdiena 05.07	18:00 – 20:00	Batizado 2018
Sestdiena 07.07	17:30 – 20:00	Capokids Capoeira Challenge
Svētdiena 08.07	12:00 – 16:00	Augstāku jostu saņemšanas ceremonija pieredzējušajiem bērniem/pieaugušajiem
	18:00-	----- Pikniks Lucavsalā

Visi pasākumi norisināsies Ziemeļvalstu Ģimnāzijā, Paula Lejiņa 12.

# Dienas plāns

## Pirmdiena 02.07

Laiks	Aktivitāte
11:00 – 12:00	Festivāla atvēršana, iepazīšanas ar noteikumiem, iesildīšanās.
12:00 – 13:00	Komandas spēles, iepazīšanas ar viens otru
13:00- 14:00	Pusdienas pārtraukums, atpūta
14:00 – 14:30	Mūzikas stunda
14:30 – 15:30	Treniņš
15:30 – 15:45	Pārtraukums uzkodai
15:45 – 16:45	Treniņš
16:45 – 17:00	Atsveicinājamies un dodamies mājās

# Dienas plāns

## Otrdiena/Trešdiena 03.,04.07

Laiks	Aktivitāte
11:00 – 12:00	iesildīšanās, komandu spēles
12:00 – 13:00	Treniņš ar Mestre Chicote
13:00- 14:00	Pusdienas, atpūta
14:00 – 15:30	Dalāmies grupās, treniņi ar Prof. Queijo, Mestre Chicote
15:30 – 15:45	Uzkoda
15:45 – 16:45	Dalāmies grupās, treniņi ar Prof. Queijo, Mestre Chicote
16:45 – 17:00	Atvadāmies un dodamies mājās

Visi pasākumi norisināsies Ziemeļvalstu Ģimnāzijā, Paula Lejiņa 12.

# Dienas plāns

Ceturtdiena/Sestdiena/Svētdiena 05.,07.,08. Jūlija

Diena	Laiks	Aktivitāte
Ceturtdiena 05.07	18:00- 20:00	Batizado 2018: nācam baltās kapoeira drēbēs, aicinām vecākus, un priecājamies ar saņemtām jostām.
Sestdiena 07.07	17: 30	Capokids Capoeira Challenge dalībnieku reģistrācija.
	18:00- 19:00	Komandu darbs, sagatavošanas
	<b>19:00- 20:00</b>	<b>Capokids Capoeira Challenge – Šova</b>
Svētdiena 08.07	12:00- 16:00	Augstāku jostu saņemšanas ceremonija pieredzējušajiem bērniem/pieaugušajiem– nāciet atbalstīt!
	18-	Pikniks Lucavsalā: nesam cienastus, spēlējam sporta spēles, draudzējamies un baudām vasaru.

Visi pasākumi norisināsies Ziemeļvalstu Ģimnāzijā, Paula Lejiņa 12.

# Batizado 2018

**Ceturdiena 18:00 – 20:00**

Batizado (un Troca de Cordao) – tā ir skaista jostas pasniegšanas/maiņas ceremonija kura notiek tikai reiz gadā.

Video no Batizado 2015 – <https://youtu.be/c-SbO8FUsee>

Foto no Batizado 2017 - [https://ej.uz/CapokidsFestival\\_2017](https://ej.uz/CapokidsFestival_2017)

**Ceremonijā visiem bērniem jābūt baltajās drēbēs:**

- Baltās bikses
- Festivāla kreklis

**Pasākuma dalībniekiem kreklis ir iekļauts semināra cenā.**



# Apmaksa

Cenas:

**Ja tiek samaksāts avanss (20 eiro) līdz 10.jūnijam un pārējā summa līdz 1. jūlijam, tad kopēja cena ir**

- Seminārs – 65 eur (atlikums 45 eur)
  - 2 bērni no 1 ģimenes - 10% atlaide no pilnas summas
  - 3-4 bērni no 1 ģimenes - 20% atlaide no pilnas summas
  - Tikai Batizado – 20 eur (krekls, josta). **Reģistrēties obligāti!**
  - Viena jebkura semināra diena– 25 eur
  - Tikai Capokids Capoeira Challenge -15eur
  - Fanātiem: Visas 6 festivāla dienas 11:00-17:00 – 90eur  
(atlikums 70eur)
- 

*Bez laicīgi samaksāta depozīta un reģistrācijas semināra maksa būs uz 10 eiro dargāka.*

---

**Semināra pilnā cenā (jebkurai grupai) cenā ir iekļauts:**

- Treniņi ar meistariem
  - Pasākuma t-krekls
  - Pusdienas, uzkodas
  - Dalība Batizado
  - Piedalīšanas Capokids Capoeira Challenge
  - Pikniks
- 

**Papildus, par atsevišķu samaksu, var sarunāt bērnu pavadīšanu no Akadēmijas (Kleistu 5) līdz ZVG sporta zālei un atpakaļ. Savāksim bērnus pulkst. 10:00 un atgriezīsim 18:00 pie Akadēmijas (Kleistu iela 5). Cena -10 eur par 3 dienām.**

# Apmaksa un reģistrācija

## Apmaksa

- ✓ Pārskaitījums uz kontu:  
*Biedrība Capokids Capoeira Latvia*  
*Reg.nr 40008194630*  
*LV64HABA0551033395480*

## Mērķis:

Festivāla apmaksā – Festivāls Vārds Uzvārds

Avansa maksājums – Avanss Vārds Uzvārds

Atlikuma apmaksā – Atlikums Vārds Uzvārds

Batizado apmaksā – Batizado Vārds Uzvārds

Pēc avansa maksājuma lūgums aizpildīt anketu:

<http://ej.uz/CapoFestReg2018>



Jautājumi/Idejas/Ieteikumi?

Lena (Monitora Uma)

(+371) 29693973

Alika (+371) 26385928

Dina (Graduado Espiao)

(+371) 29999825



[info@capokids.lv](mailto:info@capokids.lv)

[www.capokids.lv](http://www.capokids.lv)

[www.capogame.lv](http://www.capogame.lv)

[www.facebook.com/Capoeira.Kids.Latvia](https://www.facebook.com/Capoeira.Kids.Latvia)

<https://www.instagram.com/capokidslv/>