

AKTYWNE WAKACJE W GÓRACH

OBÓZ SPORTOWO – REKREACYJNY KOLSPORT

Międzybrodzie Bialskie 25.07–02.08.2018r.



1. **Organizator:** KOLSPORT Joanna Kozłowska

2. **Rodzaj:** Obóz Sportowo-Rekreacyjny KOLSPORT

3. **Termin:** 25.07 – 02.08.2018r.

4. **Charakterystyka uczestników i kadry:** Dzieci i młodzież w wieku od 7 do 16 lat.

- **Kadra:** Kierownik obozu: Joanna Kozłowska
Instruktorzy/Opiekunowie: Krzysztof Zaręba, Michał Piszczek, Marek Jurewicz, Adam Kozłowski
Ratownik WOPR: Adam Kozłowski

5. **Zakwaterowanie :** Ośrodek Wypoczynkowo-Rekreacyjny SILESIA, ul. Brodek 4, 34-312 Międzybrodzie Bialskie

6. **W programie:** gry zespołowe: piłka nożna, siatkówka, piłka ręczna, taniec (klasyczny, nowoczesny, hip-hop), gimnastyka, survival, tenis ziemny, pływanie, atletyka terenowa, pierwsza pomoc i ratownictwo wodne, gry terenowe, Olimpiada Sportowa, windsurfing* (dla chętnych za dodatkową opłatą 5h kursu - 100zł), szachy, gry planszowe, zajęcia plastyczne i wieczorowe, ognisko, dyskoteka, wycieczki piesze po okolicy i w górach.

7. **ATRAKCJE:** Wycieczka na Górę Żar, wycieczka do Szczyrku, wycieczka do parku rozrywki ENERGYLANDIA.

8. **WAŻNE TELEFONY:** JOANNA KOZŁOWSKA: 503 147 952
ADAM KOZŁOWSKI: 508 310 830

9. **Informacje z obozu:** zamieszczane będą na stronie www.kolSPORT.pl i fb KOLSPORT

10. **Ubezpieczenie:** AXA SPORT

11. **Zgłoszenie w kuratorium:** wypoczynek.men.gov.pl

Ramowy plan dnia:

7.30	– Pobudka
7.40	– Apel i rozruch poranny
8.30	– Śniadanie
10.00–13.00	– I blok zajęć
13.30	– Obiad
14.00–15.00	– Poobiedni relaks
15.30–18.00	– II blok zajęć
18.30	– Kolacja
19.30–21.30	– Zajęcia wieczorne
21.30	– Toaleta, przygotowanie do snu
22.00	– Cisza nocna.

12. **Wyjazd i powrót:**

25.07.2018 (środa) Wyjazd w godz. wieczornych z parkingu przy basenie ul. Partyzantów 31A
(o dokładnej godz. wyjazdu poinformujemy sms)

02.08.2018 (czwartek) Powrót w godzinach porannych (o dokładnej godzinie odbioru dzieci poinformujemy sms, odbiór z parkingu przy basenie ul. Partyzantów 31A).

Posiadamy wpis do rejestru Organizatorów Turystyki i Pośredników Turystycznych Województwa Warmińsko-Mazurskiego nr 7/2018, zezwolenie Marszałka woj. warmińsko-mazurskiego i gwarancję ubezpieczeniową. Obozy organizujemy zgodnie z obowiązującymi przepisami Kuratorium Oświaty.

Lista rzeczy potrzebnych na obozie:

WAŻNE:

- legitymacja szkolna

- leki zażywane stale oraz rozpięk z dawkowaniem (godzina, nazwa leku, dawka) wychowawca musi o nich wiedzieć

- Aviomarin, lokomotiv lub inne (osoby z chorobą lokomocyjną)

UBRANIA:

- dresy, getry
- bluzeczki T-shirt
- czapka z daszkiem lub chusta na głowę KONIECZNIE
- długie spodnie
- krótkie spodenki lub spódnice
- piżama, kapcie lub kłapki
- bielizna osobista na każdy dzień(koszulka, majtki, skarpetki)
- kąpielówki/kostium kąpielowy
- sweter lub ciepła bluza min. 2 szt.
- kurtka przeciwdeszczowa/sztormiak
- obuwie: tenisówki, adidasy, sandały, buty piłkarskie – jak ktoś posiada, baletki-dziewczynki do tańca, obuwie wygodne do chodzenia po górach, obuwie do wody na windsurfing.
- pianka na windsurfing – jak ktoś posiada.

HIGIENA:

- pasta do zębów, szczoteczka
- szampon, mydło, żel pod prysznic
- grzebień lub szczotka do włosów, gumki lub spinki (dla osób z dłuższymi włosami)
- krem z filtrem UV
- środek na komary, kleszcze w aerozolu lub do gniazdka elektrycznego
- inne kosmetyki (wedle uznania)
- dwa duże ręczniki kąpielowe
- worek lub reklamówkę na brudną bieliznę

INNE:

- okulary przeciw słoneczne
- chustki higieniczne (2 paczki)
- długopis
- zeszyt do notatek
- latarka
- bidon
- mały plecak na wycieczki
- maskotka, przytulanka
- kieszonkowe (można przekazać wychowawcy w podpisanej kopercie w nominałach 10 zł)
- i to co ci jeszcze potrzeba.
- zabierz ze sobą dobry nastrój i piękną pogodę.

UWAGA! NAJLEPSZE RZECZY NA OBÓZ TO RZECZY, KTÓRE DZIECI ZNAJĄ, W KTÓRYCH CZUJĄ SIĘ SWOBODNIE. WARTO PODPISAĆ RZECZY, WTEDY UNIKNIE SIĘ ZGUB I RZECZY, DO KTÓRYCH POD KONIEC OBOZU NIKT SIĘ NIE PRZYZNAJE !!!

NA DROGĘ:

- Woda do picia na drogę (na miejscu będzie woda dla wszystkich uczestników) 3-4 kanapki na drogę.

NIE ZABIERAMY NA DROGĘ CZEKOLAD, CHIPSÓW, GAZOWANYCH NAPOJÓW!!

KADRA OBOZU NIE BIERZE ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA RZECZY DROGOCENNE / telefony, aparaty, tablety, biżuterię itp./

1. Nie zabieramy tabletek i innych gier (nie ma potrzeby brać nic innego poza telefonem). Opiekunowie nie będą pilnowali, szukali i ponosili odpowiedzialności w przypadku gdy coś komuś zginie lub zostanie skradzione.
2. Telefony będą do dyspozycji w godz. ok. 14:00-15:00. W pozostałych godzinach telefony będą wyłączone i u wychowawców. W sprawach pilnych można kontaktować się z kierownikiem obozu (Joanną Kozłowską 503-147-952 i Adamem Kozłowskim 508-310-830).