

„WAKACYJNY RELAKS”

OBÓZ REKREACYJNY • 10-14 / 14-18 LAT

Program:

zajęcia integracyjne: wymagające bystrości umysłu, sprawności fizycznej i kreatywności, zajęcia zespalaące grupę, umożliwiające nawiązanie więzi między uczestnikami i ułatwiające ich późniejszą współpracę.



elementy terenoznawstwa: „czytanie mapy”, nauka posługiwania się busolą, odnajdywanie północnego kierunku różnymi metodami, wykorzystanie nowoczesnych metod nawigacji, wędrówki na orientację, nocne podchody, zaawansowane gry terenowe, sygnalizacja i komunikowanie się w terenie.

„Dąbkowska Olimpiada”: (na plaży, w lesie i na terenie ośrodka) - wyścigi w workach i na szczudłach, rywalizacja zespołów na nartach wieloosobowych, siatkówka plażowa, slalom na rowerze, turniej komетки, ringo i kregli, współzawodnictwo w 3 osobowych „Spodniach Clowna”, **triline** - chodzenie i ewolucje na taśmie zawieszanej kilkadziesiąt centymetrów nad ziemią.

„Wodne Szaleństwo”: „Mokra Siatkówka”, zabawy na dętkach, przeciąganie liny o 4 końcach w wodzie, aerobik w wodzie i na plaży, wycieczka pontonami po Jeziorze Bukowo.



I pomoc: symulacja akcji ratunkowej na wodzie, konstruowanie noszy, udzielanie I pomocy oraz transport rannego w trudnych warunkach terenowych oraz w wodzie, gra samarytańska sprawdzająca zdobytą przez uczestników wiedzę.



gry i zabawy terenowe: „Pogoń”, „Poszukiwacze skarbów”, „Ocalić lotnika”, „Orientacja w królestwie”.

strzelectwo: z krótkiej i długiej broni pneumatycznej do tarcz i celów ruchomych.



turnieje sportowe: koszykówka, piłka nożna, tenis stołowy.

wycieczki rowerowe: leśnymi drogami okolic Dąbek.

wieczór filmowy: przegląd filmów z niespodziankami.

dyskoteki: z uczestnikami innych grup obozowych.

plażowanie i kąpiele: w morzu (pod opieką ratowników wodnych).

ogniska: z konkursami i pieczeniem kiełbasy.



Turnus I - VI	Promocje 3 Pory Roku		
Cena podstawowa	ZIMOWA 01.01 - 24.02	WIOSENNA 11.03 - 14.04	LETNIA 29.04 - 16.06
1.699 zł	1.549 zł	1.599 zł	1.649 zł

- Promocje 3 Pory Roku - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń).
- Promocje 3 Pory Roku - łączą się z promocjami ze **str. 3**.

DĄBKI WYBRZEŻE BAŁTYKU

Ośrodek Wypoczynkowy „CARBO”

ul. Dąbkowicka 8, 76-156 Dąbki

położony w Dąbkach - spokojnej, nadmorskiej miejscowości rozciągającej się pomiędzy Jeziorem Bukowo, a wybrzeżem Bałtyku; ogrodzony i oświetlony teren ośrodka graniczy bezpośrednio z obszarami leśnymi Mierzei Bukowskiej i jest oddalony zaledwie o ok. 100 m od nadmorskiej plaży i ok. 50 m od brzegu Jeziora Bukowo. Ośrodek składa się z 2 pawilonów hotelowych, 3 kondygnacyjnych oraz budynku głównego, w którym mieści się jadalnia, kawiarnia z salą dyskotekową i słonecznym tarasem, sala telewizyjno - taneczna, bilard i tenis stołowy. Uczestnicy zakwaterowani będą w pokojach typu studio 2+2 i 2+3 osobowych z łazienkami (umywalka, natrysk, WC) i balkonami. Ponadto do dyspozycji obozowiczów: boisko do siatkówki, koszykówki i piłki nożnej, plac zabaw, plenerowa siłownia, miejsca na ogniska, a w budynkach hotelowych - 8 salek telewizyjnych i do tenisa stołowego.



Wymagany ekwipunek:

legitymacja szkolna, mały plecak, śpiwór (dotyczy obozu „Misja Specjalna”), karimat, ciepły sweter lub polar, dres sportowy, kurtka przeciwdeszczowa, buty turystyczne, latarka z zapasem baterii, letnie nakrycie głowy, szczyroryk (dotyczy obozu „Misja Specjalna”), okulary słoneczne, krem ochronny z filtrem UV, strój kąpielowy; **mile widziane:** odzież moro, busole, instrumenty muzyczne, aparaty fotograficzne.

Uwagi:

- **Ceny** na stronie z opisem każdego obozu; **promocje** - str. 3.
- **Oplaty za transport**, rozkład jazdy i lista przystanków - str. 38.
- **Ze względu na warunki atmosferyczne i stan psychofizyczny większości uczestników program może ulec zmianie.**
- Zajęcia odbywać się będą z zastosowaniem niezbędnych elementów zapewniających bezpieczeństwo (uprząże, kaski, kamizelki asekuracyjne, maski ochronne, mundury, rękawice).
- Możliwość dokupienia dodatkowych zajęć (opłata na miejscu): **wodny walec zorbingowy - 10 zł; trampolina wodna - 10 zł; paintball - 30zł/100 kul.**
- Jeżeli **dziecko przyjmuje leki**, prosimy o zaopatrzenie uczestnika w te leki i kartkę z informacją o ich dawkowaniu. Uczestnik po przyjeździe ma obowiązek przekazać leki z informacją kierownikowi.
- Możliwość **specjalnych diet** jedynie po wcześniejszym zgłoszeniu (21 dni przed obozem) i po uzyskaniu zgody organizatora (płatne dodatkowo).
- Od każdego uczestnika pierwszego dnia pobytu pobierzemy **kaucję w wysokości 30 zł** na pokrycie ewentualnych strat spowodowanych przez niego w sprzęcie lub w wyposażeniu ośrodka. Jeśli takich strat nie będzie - kaucję w całości oddamy w dniu wyjazdu.
- **Przyjazd indywidualny w dniu rozpoczęcia od godziny 18:00.**



Świadczenia:

zakwaterowanie: 10 noclegów, **wyżywienie:** 4 x dziennie (od kolacji w dniu przyjazdu do śniadania w dniu wyjazdu + suchy prowiant na drogę powrotną) - śniadania i kolacje w formie bufetu, opieka pedagogiczna, instruktorska i medyczna, realizacja programu, nagrody i pamiątki, dojazdy lokalne, ubezpieczenie NNW (5000 zł) Signal Iduna SA. **Kadra:** ratownicy wodni, instruktorzy: tańca, windsurfingu, survivalu, pierwszej pomocy, paintballa, fitness i strzelectwa sportowego.

Turnusy:

I • 24.06-04.07.2019
II • 05.07-15.07.2019
III • 16.07-26.07.2019

IV • 27.07-06.08.2019
V • 07.08-17.08.2019
VI • 18.08-28.08.2019

Obozy i wiek uczestników:

„Zakręcone Wakacje”	8 -12 lat i 12 -16 lat	str. 21
„Misja Specjalna”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 22
„Be Fit”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 23
„W Rytmie Wakacji”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 24
„Przygoda z Deską i Żaglem”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 25
„W Kraju Kwitnącej Wiśni”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 26
„Wakacyjny Relaks”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 27
„Wakacyjna Asana”	12 -15 lat i 15 -18 lat	str. 28