



Ośrodek Wczasowy „LEŚNE USTRONIE”

Zamrzenica, 89-510 Bysław

położony w Zamrzenicy - małej osadzie leżącej w sercu Borów Tucholskich, 18 km na południe od Tucholi, bezpośrednio nad brzegiem Jeziora Koronowskiego. Obozowicze zakwaterowani będą w drewnianych domkach campingowych 6 - 7 osobowych typu „Brda” oraz 3 - 4 osobowych typu „Chata” usytuowanych na 5,5 hektarowym terenie, w suchym, sosnowym lesie, w dolinie rzeki Brdy. Wszystkie domki posiadają łazienki (umywalka, natrysk, WC) i aneks kuchenny z chłodziarką i podstawowym wyposażeniem kuchennym. **Uczestnicy obozów „Za Linią Wroga” i „Śladami Beara Gryllsa”** zakwaterowani będą w **domkach** lub w **wojskowych namiotach** 10 osobowych (po 4 - 8 osób w namiocie) wyposażonych w wojskowe, składane łóżka wraz z materacami i kocami, szafki na ubrania i wieszaki. Nieopodal namiotów niezależne zaplecze sanitarne. Do dyspozycji uczestników: jadalnia, kawiarnia z salą dyskotekową i słonecznym tarasem, świetlica z telewizorem, biblioteka, sklepik spożywczy, tenis stolowy, boisko do siatkówki plażowej, piłki nożnej, koszt do koszykówki, plac zabaw, miejsce na ognisko, pole militarno-taktyczne z fortyfikacjami, mini park linowy, sprzęt sportowy i wodny, własna, wydzielona plaża z pomostami i wojskowy tor przeszkód.

Świadczenia:

zakwaterowanie: 10 noclegów, **wyżywienie:** 3 x dziennie + podwieczorek (od kolacji w dniu przyjazdu do śniadania w dniu wyjazdu + suchy prowiant na drogę powrotną) - śniadania i kolacje w formie bufetu, opieka pedagogiczna i instruktorska, realizacja programu, nagrody i pamiątki, dojazd lokalny, ubezpieczenie NNW (10.000 zł) Signal Iduna SA.

Kadra: ratownicy wodni, przewodnicy, członkowie PZW, leśnicy, instruktorzy: survivalu, strzelectwa, wspinaczki i samoobrony.

Turnusy:

I • 27.06-07.07.2022 IV • 30.07-09.08.2022
II • 08.07-18.07.2022 V • 10.08-20.08.2022
III • 19.07-29.07.2022 VI • 21.08-31.08.2022

Obozy i wiek uczestników:

„Śladami Beara Gryllsa”	12 -15 lat i 15 -18 lat	str. 5
„Za Linią Wroga”	12 -15 lat i 15 -18 lat	str. 6
„Taaaaaka Ryba”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 7
„4 Żywioły”	8 -13 lat	str. 8
„Mały Traper”	8 -13 lat	str. 9
„Mały Farmer”	8 -13 lat	str. 10
„10 Szalonych Przygód”	8 -13 lat	str. 11

Wymagany ekwipunek:

mały plecak, karimat, ciepły sweter lub polar, dres sportowy, kurtka przeciwdeszczowa, buty turystyczne, latarka z zapasem baterii, lecień nakrycie głowy, okulary słoneczne, krem ochronny z filtrem UV, strój kąpielowy, odzież i buty do chodzenia w wodzie, po lesie i mokradłach (niedrogie obuwie mogące ulec zniszczeniu) oraz śpiwór i szczyrny - nie dotyczy obozu: „Mały Farmer”; **mile widziane:** odzież moro, instrumenty muzyczne, aparaty fotograficzne i własny sprzęt wędkarski.



Uwagi:

- **Ceny** na stronie z opisem każdego obozu; **promocje** - str. 3.
- **Oplaty za transport**, rozkład jazdy i lista przystanków - str. 40.
- **Ze względu na warunki atmosferyczne i stan psychofizyczny większości uczestników program może ulec zmianie.**
- Zajęcia odbywać się będą z zastosowaniem niezbędnych elementów zapewniających bezpieczeństwo (uprzącze asekuracyjne, kaski, kamizelki asekuracyjne, mundury, okulary lub gogle i maski ochronne).
- Możliwość dokupienia dodatkowych zajęć (opłata na miejscu): **paintball - 40zł/100 kul; paintball laserowy - 30 zł/godz.**
- Możliwość zakupu: **mundurów wojskowych** z demobilu oraz akcesoriów militarnych i survivalowych.
- 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.
- Każdy uczestnik otrzyma na własność **bidon na wodę**.
- **Podział na grupy wiekowe** będzie realizowany przy **minimum 10 osobach** w danym przedziale wiekowym.
- **Przyjazd indywidualny w dniu rozpoczęcia od godziny 15:00, a wyjazd w dniu zakończenia do godziny 12:00.**



Program:

survival: sztuka przetrwania w trudnych, nietypowych i niesprzyjających warunkach terenowych oraz atmosferycznych. Poznanie teorii i ćwiczenia w praktyce podstawowych zagadnień związanych z przetrwaniem w ekstremalnych warunkach:

- sposoby **rozpalania ognia** różnymi metodami (w zależności od dostępnych surowców i terenu działań) - luk ogniowy, krzesiwo, krzemień, zapalki i zapalniczka.
- kilka rodzajów **stosów ogniowych** oraz ich zastosowanie - piramida, pagoda, tratwa, studnia, gwiazda.
- **budowa schronienia** oraz jego maskowanie przed przeciwnikiem i dzikimi zwierzętami - szałas, ziemianki, prowizoryczne namioty.
- zdobywanie i uzdatnianie **wody do picia** - filtr, destylacja, gotowanie, uzdatnianie chemiczne.
- tajniki „**leśnej kuchni**” - jadalne rośliny i owady, sposoby zdobywania pożywienia, rozpoznawanie tropów dzikich zwierząt, wykorzystywanie leśnych ziół i przypraw.
- budowa podstawowych **narzędzi i broni** (metodami survivalowymi) niezbędnych do przetrwania.

ABC rozbitek na wodzie: budowanie tratw, sposoby wzywania pomocy, samoratownictwo, przeciwdziałanie wychłodzeniu organizmu, „wędką z niczego”, ćwiczenia na morskiej tratwie ratunkowej, rywalizacja w kombinezonach ratunkowych.

ratownictwo: survivalowe sposoby odkażania i przyspieszania gojenia się ran i skaleczeń, metody improwizowane w I pomocy, budowa noszy i transport rannego w trudnych warunkach terenowych.



terenoznawstwo: „czytanie mapy”, wyznaczanie kierunków stron świata różnymi metodami, wędrówki na orientację, rysowanie map i sporządzanie szkiców oraz planów sytuacyjnych terenu działania, nocne przemarsze - nawigacja z gwiazd, wyznaczanie azymutów.

sztuka kamuflażu: maskowanie indywidualne i drużynowe - dostosowanie kamuflażu do terenu prowadzonych działań.

całodobowa wyprawa survivalowa: z noclegiem „pod gołym niebem”, przeprawami przez bagna, rzekę i jezioro.

trening strzelecki: strzelanie z luków, krótkiej i długiej broni pneumatycznej w różnych pozycjach oraz z użyciem celowników optycznych.

„Test Gryllsa”: dwudniowa eskapada w teren leśny połączona z noclegiem w samodzielnie zbudowanych szalasach lub morskiej tratwie ratunkowej oraz survivalowym spływem na dętkach rzeką Brdą.



alpinistyka: nauka wiązania węzłów i podstawowych zasad asekuracji, przejście mostów linowych, wspinaczka na wieżę ze skrzynek i zjazd „kolejką tyrolską”.

„Śladami Beara Gryllsa”: dwudniowa, strategiczna gra terenowa - uczestnicy wykorzystają nabyte wcześniej umiejętności, sprawdzą się w samoorganizacji, pomysłowości i kreatywności.

zajęcia sprawnościowe: zaprawy poranne, wycieczki rowerowe, kąpiele w jeziorze (pod opieką ratowników wodnych).

Obóz polecany wszystkim zainteresowanym sztuką survivalu i preferującym przygody wśród „dzikiej przyrody”. Mile widziana kondycja, dobry humor i fantazja.

Każdy uczestnik otrzyma mini zestaw survivalowy (kompletowany indywidualnie przez cały obóz).



Cena podstawowa	Promocje 3 Pory Roku		
	ZIMOWA	WIOSENNA	LETNIA
	01.01 - 13.02	21.02 - 03.04	11.04 - 22.05
Turnus I - VI	Domek 2.499 zł	2.299 zł	2.349 zł
	Namiet 2.399 zł	2.199 zł	2.249 zł

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