

Ośrodek Wypoczynkowy „CARBO”

ul. Dąbkowska 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, sala dyskotekowa, słoneczny taras, sala telewizyjno - taneczna, bilard i tenis stołowy. Uczestnicy zakwaterowani będą w pokojach 2- osobowych i typu studio 2+2 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.



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, instruktorska i medyczna, realizacja programu, nagrody i pamiątki, dojazd lokalne, ubezpieczenie NNW (10.000 zł) Signal Iduna SA. **Kadra:** ratownicy wodni, instruktorzy: tańca, windsurfingu, survivalu, pierwszej pomocy, paintballa, fitness i szachów sportowego.

Turnusy:

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

Obozy i wiek uczestników:

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



Wymagany ekwipunek:

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, szczyrki (dotyczy obozu „Misja Specjalna”), okulary słoneczne, krem ochronny z filtrem UV, strój kąpielowy; **mile widziane:** odzież moro, instrumenty muzyczne, aparaty fotograficzne.

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 (ubrania piankowe, kaski, kamizelki asekuracyjne, maski ochronne, mundury, rękawice).
- Możliwość dokupienia dodatkowych zajęć (opłata na miejscu): **wodny walec zorbingowy - 15 zł; trampolina wodna - 15 zł; paintball - 40zł/100 kul; banan wodny - 25 zł.**
- Jeżeli **dziecko przyjmuje leki**, prosimy o zaopatrzenie uczestnika w te leki i kartkę z informacją o ich dawkowaniu. Uczestnik po przyjęciu 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 18:00, a wyjazd w dniu zakończenia do godziny 8:00.**



Program:

mix water (3 z 4 atrakcji w zależności od pogody):

- **SUP** — nauka wiosłowania, utrzymywania równowagi i manewrów oraz rywalizacja na deskach SUP.
- **skimboard** — ślizganie się na specjalnym torze wodnym, nauka podstaw manewrów i ślizgów.
- **windsurfing** — zapoznanie się z tą dyscypliną, ćwiczenie utrzymywania równowagi, próby podstawowych manewrów.
- **kajakarstwo** — nauka manewrowania, wycieczka po jeziorze, słalomy i pływanie precyzyjne.

wycieczka rowerami wodnymi: po Jeziorze Bukowo.



„dmuchańce na wodzie”: przemieszczanie się po wodzie we wnętrzu dużego, przezroczystego, plastikowego walca zorbingowego, turniej skoków i ćwiczenia sprawnościowe na wodnej trampolinie.

aquafitness: wodne ćwiczenia w rytm muzyki pod opieką trenera kształtujące sylwetkę, wzmacniające mięśnie i poprawiające koordynację ruchową całego ciała oraz usprawniające równowagę.

„ABC”: nauka nurkowania w sprzęcie ABC (pletwy i maska z rurką), nurkowanie na orientację, podwodny tor przeszkód, wydychywanie maski i ćwiczenie zakładania sprzętu ABC pod wodą.

„banan wodny”: przejażdżki po Jeziorze Bukowo na „bananie” ciągniętym przez motorówkę.

„wodne wariactwa”: rywalizacja w konkurencjach sprawnościowych na dętkach, przeciąganie liny w wodzie, bieg po deskach styropianowych, ćwiczenie równowagi na deskach MINI SUP, wodna siatkówka, przelewanie wody przez dziurawe rury.

wodna pomoc przedmedyczna: nauka technik ratownictwa wodnego, umiejętności ratowniczych z użyciem podręcznego sprzętu ratunkowego (korzystanie z rzutek asekuracyjnych i bojek ratunkowych) oraz udzielania pierwszej pomocy w wypadkach na wodzie, doskonalenie umiejętności w symulowanych akcjach ratunkowych.

Cena podstawowa	Promocje 3 Pory Roku		
	ZIMOWA	WIOSENNA	LETNIA
Turnus I - VI	01.01 - 13.02	21.02 - 03.04	11.04 - 22.05
2.599 zł	2.399 zł	2.449 zł	2.499 zł

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



podstawy nawigacji: odnajdywanie północnego kierunku różnymi metodami, nauka posługiwania się busolą, „czytanie mapy”, sygnalizacja i komunikowanie się na wodzie.



zajęcia sportowo-sprawnościowe: walki wręcz w strojach „Sumo”, zabawy w „Mega Topór”, wyścigi w workach, na szczudłach i nartach wieloosobowych, wycieczki rowerowe.

ogniska, plażowanie i kąpiele.

Niezbędne zabranie butów z miękką, gumową podeszwą do zajęcia na desce (typu trampki).

Wymagana jest podstawowa umiejętność pływania.

Wszystkie zajęcia odbywać się będą pod fachową opieką wychowawców, instruktorów poszczególnych form aktywności wodnej i ratowników wodnych.

