

Ośrodek Wypoczynkowy „FAMA-STA”

ul. Kołobrzaska 32, 72-330 Mrzeżyno

położony w Mrzeżynie - nadmorskiej miejscowości letniskowej, leżącej 18 km na zachód od Kołobrzegu przy ujściu rzeki Regi do Bałtyku; 5 hektarowy teren ośrodka usytuowany jest ok. 350 m od morza i graniczy z terenami leśnymi, na których przez wiele lat rozmieszczono były jednostki wojskowe, a do dziś pozostały fortyfikacje i umocnienia wykorzystywane do zajęć obozowych. Ośrodek składa się z 3 pawilonów hotelowych leżących na starannie zagospodarowanym, zadrzewionym, oświetlonym i ogrodzonym terenie. Uczestnicy zakwaterowani będą w pokojach 3, 4 i 5 osobowych z łazienkami (umywalka, natrysk, WC). Do dyspozycji obozowiczów: jadalnia, kawiarnia, 2 sale dyskotekowe, biblioteka, 7 sal telewizyjnych, siłownia, tenis stolowy, boiska do siatkówki i siatkówki plażowej, **odkryty basen kąpielowy o wymiarach 8 x 16 m**, place zabaw i miejsca na ogniska.



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, dojazdy lokalne, ubezpieczenie NNW (10.000 zł) Signal Iduna SA. **Kadra:** ratownicy wodni, oficerowie i podoficerowie Wojska Polskiego, instruktorzy: strzelectwa sportowego, survivalu i samoobrony.

Turnusy:

I • 24.06-04.07.2024 IV • 27.07-06.08.2024
II • 05.07-15.07.2024 V • 07.08-17.08.2024
III • 16.07-26.07.2024

Obozy i wiek uczestników:

„Młody Komandos”	8 - 13 lat	str. 12
„Na Linii Strzału”	12 - 15 lat i 15 - 18 lat	str. 13
„Military Camp”	12 - 15 lat	str. 14
„Green Devils”	15 - 18 lat	str. 15
„Counter Strike”	10 - 14 lat i 14 - 18 lat	str. 16
„Special Operation Forces”	13 - 15 lat i 15 - 18 lat	str. 17

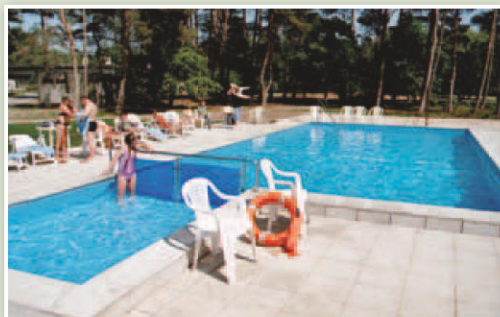


Wymagany ekwipunek:

mały plecak, śpiwór, karimat, ciepły sweter lub polar, dres sportowy, kurtka przeciwdeszczowa, buty turystyczne, latarka z zapasem baterii, letnie nakrycie głowy, szczyrki (nie dotyczy obozu „Młody Komandos”), okulary słoneczne, krem ochronny z filtrem UV, ręcznik, spray przeciw komarom, strój kąpielowy, odzież i buty do chodzenia w wodzie, po lesie i mokradłach (nieodgraszone obuwie mogące ulec zniszczeniu); **mile widziane:** odzież moro i buty wojskowe.

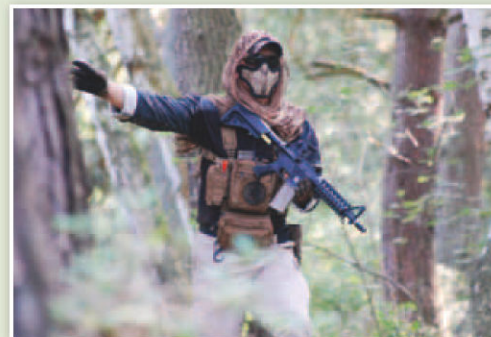
Uwagi:

- **Ceny** na stronie z opisem każdego obozu; **promocje** - str. 3.
- **Oplaty za transport**, rozkład jazdy i lista przystanków - str. 36.
- **Ze względu na warunki atmosferyczne i stan psychofizyczny większości uczestników program może ulec zmianie.**
- Zajęcia odbywać się będą z zastosowaniem niezbędnych elementów zapewniających bezpieczeństwo (pasy i ładownice lub kamizelki taktyczne, okulary lub gogle i maski ochronne).
- Możliwość dokupienia dodatkowych zajęć (opłata na miejscu): **strzelectwo** (WALTER P99) - 25 zł.
- Jeżeli **dziecko przyjmuje leki**, prosimy o zaopatrzenie uczestnika w te leki i kartkę z informacją od lekarza o ich dawkowaniu. Uczestnik po przyjeździe musi przekazać leki z informacją kierownikowi.
- Możliwość **specjalnych diet** po wcześniejszym zgłoszeniu (21 dni przed obozem) i uzyskaniu zgody organizatora (płatne dodatkowo).
- Od każdego uczestnika pierwszego dnia pobytu pobierzemy **kaucję w wysokości 50 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:

Air Soft Gun: zajęcia z użyciem broni skonstruowanej w celu realnego odwzorowania pola walki (repliki broni ASG to wierne kopie oryginałów, pod względem wielkości, szczegółów i ciężaru). Pozwala to ćwiczyć taktykę walki w warunkach będących wiernym odwzwornieniem prawdziwych działań wojennych; nauka obsługi krótkiej i długiej broni ASG, ćwiczenie poruszania się w warunkach bojowych, ubezpieczenia partnerów podczas wykonywania zadań, komunikacji niewerbalnej między partnerami i sekcjami bojowymi, sygnałów dowodzenia i sygnałów umownych; różne scenariusze działań bojowych (ochrona VIP-a, zasadzka, odbijanie zakładników, ostrzał snajperski, budowa stanowiska snajperskiego), nauka strzelania dynamicznego: różne pozycje strzeleckie, strzelanie zza przeszkód, prowadzenie ognia zaporowego, strzelanie z ciężkiego karabinu maszynowego, wymiana magazynków pod ostrzałem; na czas zajęć uczestnicy dostaną replikę ASG (M4), pasy i ładownice lub kamizelki taktyczne, okulary lub gogle oraz maskę ochronną.



B.L.O.S.: (broń, lufa, otoczenie, spust) - bezpieczna obsługa broni podczas rozgrywek ASG - wyrobienie niezbędnych, prawidłowych nawyków.

survival militarny: ćwiczenie w praktyce zasad przetrwania w trudnych i niesprzyjających warunkach terenowych i atmosferycznych.

„COB” (taktyka czarna): ćwiczenie działania w budynku, „czyszczenie pomieszczeń”, zajęcia w umeblowanych pokojach i korytarzach; **operacja „FAMA-STA”:** pozoracja odbicia zakładników i ewakuacji rannych przy użyciu pistoletów, karabinków, tarcz taktycznych, samochodu uzbrojonego i pirotechniki.

strzelanie dynamiczne z broni krótkiej: strzelanie sytuacyjne oraz dynamiczne ze zmianą pozycji i magazynków, ocena sytuacji przed oddaniem strzału, pokonanie samodzielnie i zespołowo toru strzeleckiego, podejmowanie decyzji pod wpływem stresu, oddawanie strzałów samozachowawczych, precyzyjnych oraz ostrzał zaporowy, trening strzelecki z użyciem repliki pistoletu **WALTER P99**.

zajęcia taktyczne: działania w terenie nieurbanizowanym, obserwacja i patrolowanie obszaru, szyki bojowe i marszowe, bezszelstne poruszanie się w terenie leśnym; część zajęć prowadzona będzie nocą.

system walki bronią: obsługa atrap broni białej i palnej, walka nią oraz przeciwko niej; pełnokontaktowy system posługiwania się bronią - ćwiczenie właściwych zachowań; nauka motoryki ciała przy użyciu broni oraz podstawowych postaw ofensywnych i defensywnych, timing'u, fałszywych ataków i kontrataków, czytania ruchów przeciwnika i kontroli strachu.



walka wręcz: kontrola dystansu, postawa i garda oraz poruszanie się w walce, mowa ciała, wyprowadzanie uderzeń pięścią oraz kopnięć, a także ich unikanie i blokowanie, uwalnianie z duszenia i chwytów, walka w parterze, chwyt, podcinanie przeciwnika i sprowadzanie do parteru, walka z przeciwnikiem uzbrojonym w pistolet, nóż lub inne niebezpieczne narzędzie, ćwiczenia z gumowymi atrapami broni, techniki stosowane przez siły specjalne.

zajęcia inżynierskie: budowa okopów, stanowisk ogniowych oraz ich maskowanie celem wykorzystania do rozgrywek ASG.

przenikanie na teren wroga: rozpoznanie terenu, sposoby maskowania, tworzenie punktów obserwacyjnych, przegrupowania, ćwiczenie manewrów uderzeniowych mających na celu rozbięcie fortyfikacji wroga; podstawowe sposoby przemieszczania się, aserukacji i tworzenia linii obronnych.

operacja „Green Devil”: 24 godzinna operacja terenowa wymagająca użycia wszystkich wcześniej nabytych umiejętności (przemieszczanie się na tyłach wroga, budowa obozów tymczasowych, symulacje ASG, nocne przemarsze i bytowanie na terenie wroga).

drużynowy trening sprawnościowy: musztra, zaprawy poranne, bieg w pełnym oporządzeniu, nocne i dzienne zajęcia taktyczne, transport sprzętu i atrap broni, nocny marsz patrolowy, zajęcia sprawnościowe wzorowane na treningu i selekcji do sił specjalnych.

„Night games”: gry zespołowe oraz indywidualne wykonywane w różnym terenie podczas nocy; trening samodzielności, sportowawczości i koordynacji działań w warunkach nocnych, walka z sennością, test uczestników pod kątem fizycznym i umysłowym, sprawdzanie nabytych wcześniej umiejętności.

ogniska, plażowanie i kąpiele: strzeżone kąpielisko nad morzem i odkryty basen kąpielowy na terenie ośrodka.

Od uczestników oczekiwana jest wytrzymałość i kondycja ze względu na większą, niż na innych obozach intensywność zajęć.

kod imprezy: MRZE	FIRST MINUTE
Cena podstawowa	01.01.2024 – 29.02.2024
Turnus I - V	3.549 zł
	3.249 zł

• First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń).
• First Minute - łączy się ze zniżkami ze str. 3.

www.aktywne-obozy.pl

www.aktywne-obozy.pl