

Ośrodek Wypoczynkowy „CARBO”

ul. Dąbkowicka 8, 76-156 Dąbki

położony w Dąbkach - spokojnej, nadmorskiej miejscowości rozciągającej się pomiędzy Jeziorzem 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 i 3 osobowych oraz typu studio 2+2, 2+3 i 3+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 - 6 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 NNV (10.000 zł) Signal Iduna SA. **Kadra:** ratownicy wodni, instruktorzy: tańca, windsurfingu, survivalu, pierwszej pomocy, paintballa, fitness i strzelectwa sportowego.

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 VI • 18.08-26.08.2024 (8 nocny)

Obozy i wiek uczestników:

„Zakręcone Aqua Wakacje”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 19
„Muzyczne BIT-y”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 20
„Przygoda na Fali”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 21
„Misja Specjalna”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 22
„Wakacyjny Luzik”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 23
„W Krainie Mangi i Samurajów”	12 -15 lat i 15 -18 lat	str. 24



Wymagany ekwipunek:

mały plecak, karimat, ciepły sweter lub polar, dres sportowy, kurtka przeciwdeszczowa, buty turystyczne, latarka z zapasem baterii, letnie nakrycie głowy, okulary słoneczne, krem ochronny z filtrem UV, ręcznik, spray przeciw komarom, strój kąpielowy; uczestnicy obozu „Misja Specjalna” dodatkowo: śpiwór, szczyrki, odzież i buty do chodzenia w wodzie, po lesie i mokradłach - niedrogie rzeczy mogące ulec zniszczeniu; **mile widziane:** odzież moro, instrumenty muzyczne.

Uwagi:

- **Ceny** na stronie z opisem każdego obozu; **promocje** - str. 3.
- **Opłaty 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 (ubrania piankowe, kaski, kamizelki asekuracyjne, maski ochronne, mundury, rękawice).
- Możliwość dokupienia dodatkowych zajęć (opłata na miejscu): **bumperballe - 35 zł/2 godz.; archery - 30 zł/2 godz.; paintball laserowy - 35 zł/2 godz.; paintball - 45zł/100 kul; banan wodny - 45 zł; sztuczna ścianka wspinaczkowa - 20 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** 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 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:

windsurfing: nauka lub doskonalenie żeglowania na desce windsurfingowej – program szkoleniowy (**10 zajęć po 1,5 godziny**) z instruktorem. Szkolenie obejmuje początkowo: zasady bezpieczeństwa na wodzie, budowę i eksploatację sprzętu windsurfingowego, zasady żeglowania, różę wiatrów, zajęcia równoważne na deskach. Następnie: nauka żeglowania i podstawy manewrów (zwrot z wiatrem, zwrot pod wiatr, ostrzenie, pływanie na zadanym kursie, spływanie do bazy bez wiatru). Na koniec: start z „plaży”, pływanie z trapezem, próby pływania ślizgowego. Zajęcia zakończą zawody windsurfingowe.



zajęcia: szkolenie odbywa się na Jeziorze Bukowo w grupach (6 - 10 osobowych), prowadzonych przez instruktorów windsurfingu. Akwen ten charakteryzuje się łagodnie opadającym dnem. Maksymalna głębokość jeziora to 2,5 m. Bliskie sąsiedztwo Bałtyku (150 m) gwarantuje częsty, równy wiatr. W przypadku warunków atmosferycznych uniemożliwiających zajęcia lub zagrażających zdrowiu uczestników przeprowadzone będą alternatywne zajęcia na lądzie lub w wodzie (na kajakach, deskach SUP, skimboardach i innych).

sprzęt: na czas szkolenia uczestnicy dostają komplety windsurfingowe dostosowane do ich umiejętności, wieku i warunków pogodowych (deski firm: FANATIC i RRD, żagle: SEVERN, RDD i TIKI), cały czas mają na sobie certyfikowane kamizelki asekuracyjne, ubrania piankowe i są stale asekurowani przez ratownika wodnego w łodzi motorowej.

zawody strzeleckie: z użyciem długiej i krótkiej broni pneumatycznej.



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

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.

zajęcia sprawnościowe: walki wręcz w „Strojach Sumo”, zabawy w „Mega Topór”, potyczki na balony z wodą z użyciem „Mega Procy”, pływanie na deskach BODY BOARD.



„Holi Day” (karnawał kolorów): obrzucanie się bezpiecznymi, kolorowymi proszkami zakończone sesją fotograficzną.

zajęcia rekreacyjno-sportowe: piłka siatkowa, nożna, olimpiada wodna, przeciąganie liny, turniej piłki wodnej, zawody, podchody.

ogniska, plażowanie i kąpiele: (pod opieką ratowników wodnych).

Niezbędne zabranie butów z miękką, gumową podeszwą (typu trampki) oraz czapek neoprenowych do zajęć na desce.

Wymagana jest umiejętność pływania.

kod imprezy: DABK		FIRST MINUTE	
Cena podstawowa		01.01.2024 – 29.02.2024	
Turnus I - V	3.849 zł	3.549 zł	
Turnus VI	3.549 zł	3.249 zł	

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