



**Ośrodek Wczasowy „LEŚNE USTRONIE”**  
Zamrzenica 10, 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 „Brdą” 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”, „Sztuka Przetrwania” i „Leśna Potyczka” 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, sklepik spożywczy, tenis stołowy, boisko do siatkówki plażowej, piłki nożnej, kosz 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, dojazdy lokalne, ubezpieczenie NNV (10.000 zł) Signal Iduna SA.

**Kadra:** ratownicy wodni, przewodnicy, członkowie PZW, leśnicy, instruktorzy: survivalu, strzelectwa, wspinaczki 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 VI • 18.08-26.08.2024 (8 nocy)

### Obozy i wiek uczestników:

„Sztuka Przetrwania”	12-15 lat i 15-18 lat	str. 5
„Za Linią Wroga”	12-15 lat i 15-18 lat	str. 6
„Leśna Potyczka”	12-15 lat i 15-18 lat	str. 7
„Taaaaaka Ryba”	10-14 lat i 14-18 lat	str. 8
„Poszukiwacze Pokemon-ów”	8-13 lat	str. 9
„10 Szalonych Przygód”	8-13 lat	str. 10

### 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, odzież i buty do chodzenia po lesie i mokradłach (nieodropne obuwie mogące ulec zniszczeniu) oraz śpiwór i szczyorki; **mile widziane:** odzież moro, instrumenty muzyczne i własny sprzęt wędkarski.



### 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 (uprzącze asekuracyjne, kaski, kamizelki asekuracyjne, mundury, okulary lub gogle i maski ochronne).
- Możliwość dokupienia dodatkowych zajęć (opłata na miejscu): **paintball - 60 zł/100 kul, 90 zł/200 kul; paintball laserowy - 35 zł/godz.; zajęcia na profesjonalnej strzelnicy - 160 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 15:00, a wyjazd w dniu zakończenia do godziny 12:00.**



### Program:

**paintball:** potyczki strzeleckie na kulki farbą z wieloma scenariuszami (ochrona Vip-a, odbicie zakładników, obrona bunkra) prowadzone w lesie, nad wodą, w budynkach i fortyfikacjach; zajęcia wzbogacone będą o efekty pirotechniczne; szturmowanie obiektów oraz stanowisk ogniowych na brzegu, podchodzenie taktyczne i maskowanie; część zadań będzie realizowana nocą; każdy uczestnik dostanie na czas zajęć marker paintballowy, mundur, maskę oraz kamizelkę i rękawice ochronne; **przez cały obóz ma do dyspozycji 1000 kul** (możliwość dokupienia dalszych).



**trening paintballowy:** ćwiczenie umiejętności speedballowych - strzelania na rozbiegu i podczas biegu, wślizgów, prowadzenia ognia zza przeszkód terenowych, paintball nocny; zajęcia na profesjonalnym polu paintballowym z fortyfikacjami (bunkier, okopy, samochody, helikopter).

**strzelnica paintballowa:** zajęcia doskonalące techniki strzeleckie przy użyciu markera paintballowego; technika strzału „z biodra”, podstawy strzelania zza przeszkód, zmiana pozycji strzeleckiej, strzelanie w sytuacjach stresowych.

**turniej MULTI - strzelecki:** zawody w strzelaniu z luków, długiej i krótkiej broni pneumatycznej do tarcz i innych celów ruchomych; dynamiczna strzelnica ASG (repliki karabinów AK oraz M4).

**Laser Tag:** symulacja pola walki z wykorzystaniem wojskowych, elektronicznych symulatorów broni (repliki G36C – używanych m.in. przez GROM i Formoże); realizacja kilku scenariuszy urealnionych dodatkowo efektami pirotechnicznymi.

**„Operacja Tytanik”:** ewakuacja pasażerów z tonącego okrętu (symulacja akcji ratunkowej z wykorzystaniem wojskowego pontonu, morskiej tratwy ratunkowej oraz kombinezonów ratunkowych); podstawy nawigacji, przeciwdziałanie wychłodzeniu organizmu, porozumiewanie się na odległość na zbiorniku wodnym.

**I pomoc:** konstruowanie noszy, niesienie pomocy w warunkach stresu, ocena obrażeń poszkodowanego, ćwiczenie wzywania pomocy, tamowanie krwotoków i opatrywanie ran.

**mini survival:** budowanie i nocleg w szalaszach, trawersowanie terenów bagiennych, rozpalenie ognisk, przygotowywanie posiłków w lesie.

**techniki linowe:** wiązanie węzłów i zasady asekuracji, pokonywanie różnych typów mostów linowych, wspinaczka po skrzynkach i zjazd „kolejką tyrolską”.

**nawigacja:** „czytanie mapy” i posługiwanie się busolą, odnajdywanie północnego kierunku różnymi metodami, wędrowki na orientację, wyznaczanie azymutów, nocne podchody, gry terenowe, sygnalizacja i komunikowanie się w terenie.

**zajęcia sprawnościowe:** lekkie zaprawy poranne, musztra na wesolo, OSF - przejście na czas przez militarny tor przeszkód, rozgrywki sportowe (piłka nożna, siatkówka, ping-pong).

**zajęcia integracyjne:** wyścigi zespołów na nartach wieloosobowych, szrudlach i w workach; wykonywanie zadań w 3-osobowych „Spodniach Clowna”; triline – chodzenie po taśmie zawieszanej nad wodą i pokonywanie wodnego mostu styropianowego na czas.

**wycieczki kajakowe:** po najciekawszych zakątkach Jeziora Koronowskiego.

**wycieczki rowerowe:** duktami i szlakami Borów Tucholskich.

**„Paintballowe Starcie”:** 24 godzinna wyprawa z noclegiem w leśnych szalaszach połączona z nocnymi rozgrywkami paintballowymi - podsumowanie zdobytych na obozie umiejętności.

**rekreacja:** ogniska z pieczeniem kielbasy; plażowanie, kąpiele i zabawy na dętkach w jeziorze (pod opieką ratowników wodnych).



**Obóz polecany miłośnikom „mocnych wrażeń”, lubiącym przygodę, lekki wysiłek fizyczny i rywalizację.**

Każdy uczestnik otrzyma pamiątkową chustę.

	kod imprezy: ZAMR	
	Cena podstawowa	
	FIRST MINUTE 01.01.2024 – 29.02.2024	
Turnus I - V	Domek	3.449 zł
	Namiot	3.249 zł
Turnus VI	Domek	3.149 zł
	Namiot	2.949 zł

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