

Ośrodek Konferencyjno – Szkoleniowy „ZACISZE”

Spała, ul. Piłsudskiego 20, 97-215 Inowódz

położony w Spałej – malowniczej miejscowości wypoczynkowej leżącej w Puszczy Nadpilickiej w centralnej Polsce 60 km od Łodzi i 9 km od Tomaszowa Mazowieckiego. Teren ośrodka otoczony jest lasami, które były terenem polowań carów rosyjskich, prezydentów Mościckiego i Wojciechowskiego oraz marszałka Piłsudskiego. Płynąca przez Spałę rzeka Pilica, rezerwat przyrody oraz liczne bunkry i fortyfikacje z czasów II Wojny Światowej będą terenem zajęć dla uczestników obozów. Ośrodek to dwukondygnacyjny budynek leżący na hektarowym, oświetlonym, ogrodzonym i ładnie zagospodarowanym terenie. Uczestnicy zakwaterowani będą w pokojach 2,3 i 4 osobowych z łazienkami (umywalka, natrysk, WC), telewizorami i chłodziarkami. Do dyspozycji obozowiczów: jadalnia, automat z napojami i słodyczkami, zadaszony kompleks ogniskowy składający się z 7 altan, siłownia na świeżym powietrzu, bilard, piłkarzyki, tenis stołowy; **w całym obiekcie jest bezpłatny dostęp do Internetu – free WiFi!**



Wymagany ekwipunek:

mały plecak, śpiwór, karimat, ciepły sweter lub polar, dres sportowy, kurtka przeciwdeszczowa, buty turystyczne, latarka z zapasem baterii, letnie nakrycie głowy, okulary słoneczne, krem z filtrem UV, ręcznik, spray przeciw komarom, strój kąpielowy; **mile widziane:** odzież moro, buty wojskowe i własne repliki ASG.

Uwagi:

- **Ceny** na stronie z opisem każdego obozu; **promocje – str. 33.**
- **Oplaty za transport,** rozkład jazdy i lista przystanków - **str. 33.**
- **Ze względu na warunki atmosferyczne i stan psychofizyczny większości uczestników program może ulec zmianie.**
- Zajęcia odbywać się będą z zastosowaniem niezbędnych elementów zapewniających bezpieczeństwo (uprząże alpinistyczne, kaski, kamizelki asekuracyjne, okulary lub gogle i maski ochronne).
- Jeżeli **dziecko przyjmuje leki,** prosimy o zaopatrzenie uczestnika w te leki i kartkę od lekarza z informacją o ich dawkowaniu. Uczestnik po przyjeździe musi przekazać leki z informacją kierownikowi.
- Możliwość **specjalnych diet** jedynie po 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.**

Świadczenia:

zakwaterowanie: 9 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 NNW (10.000 zł) Signal Iduna SA. **Kadra:** ratownicy wodni, instruktorzy: strzelectwa sportowego, paintballa, jeździectwa, survivalu i samoobrony.

Turnusy:

- I • 08.07-17.07.2025 III • 28.07-06.08.2025
 II • 18.07-27.07.2025 IV • 07.08-16.08.2025

Obozy i wiek uczestników:

- „Decydujące Starcie” 12 - 15 lat i 15 - 18 lat str. 29
 „Forest Camp” 10 - 14 lat i 14 - 18 lat str. 30
 „Wakacje w Siodle” 10 - 14 lat i 14 - 18 lat str. 31



Program:

jeździectwo: to 7 wizyt w „Stajni Królewskiej” w Glinniku obok Spały po 3-4 godziny każda; zajęcia realizowane będą w 3 grupach: początkującej, średniozaawansowanej i zaawansowanej; wszystkie konie są dobrze wyszkolone i przygotowane do pracy z dziećmi.



strzelectwo: z proc i luków oraz krótkiej i długiej broni pneumatycznej.

„Letni hokej”: mecze, gdzie kijami hokejowymi są szczotki do zamiatania, a taflą lodową olbrzymia folia pokryta pianą.

zajęcia sprawnościowe: wyścigi w workach, na nartach wieloosobowych i szrudlach, rywalizacja w 3-osobowych „Spodniach Clowna”, zabawy z chustą animacyjną, turnieje sportowe.

relaks: plażowanie nad Pilicą, wycieczki piesze i rowerowe po Parku Krajobrazowym, dyskoteki, wieczory filmowe, ogniska, nocny biwak pod wiatą lub na terenie stajni.

Każdy uczestnik musi posiadać **zaświadczenie od lekarza** o braku przeciwwskazań do wykonywania jeździectwa oraz **zgody Rodziców** na udział w szkoleniu.

Wymagany ekwipunek (do zajęć jeździeckich): długie, wygodne spodnie (np. dresowe lub polarowe), pełne buty bez obcasów.

Mile widziane: własne kaski i buty jeździeckie.

Stajnia zapewni kaski na głowę.

zajęcia praktyczne:

- **grupa początkująca:** (7 godzin zajęć podczas całego obozu) - jazda indywidualna na lonży, nauka stępowania i klusowania, a po nabraniu wprawy jazda samodzielna na ujeżdżalni.
- **grupa średniozaawansowana i zaawansowana:** (7 godzin w siodle podczas całego obozu) - jazda klusem i galopem, jazda po drążkach, wyjazdy w teren, jeżeli pozwoli na to zaawansowanie jeździeckie uczestników; treningi ujeżdżeniowe na poziomie klasy P z elementami klasy N.
- **wszystkie grupy:** siodłanie i kieltnianie koni, wyprowadzanie na padok i na trawę, kąpanie i karmienie, czyszczenie sierści i kopyt, prace porządkowe w stajni i obejściu koni, przejazdki bryczką.
- **pony games:** (gry i zabawy na koniach) - przechodzenie przez szarżę na koniu, jazda z kubkiem pełnym wody lub jajkiem na łyżce, slalom z zawiązanymi oczami, tor przeszkód, pokonywanie niewielkich przeszkód i wykonywanie podstawowych figur z zakresu woltyżerki.

Możliwość dokupienia dodatkowych 5 godzin „w siodle” (dla uczestników obu grup) w cenie 300 zł/os.



zajęcia teoretyczne: historia jeździectwa, anatomia konia i jego potrzeby behawioralne, budowa i rodzaje sprzętu jeździeckiego, trening młodych koni, przepisy dotyczące jeździectwa i sportów konnych, projekcje filmów instruktażowych i jeździeckich.



kod imprezy: SPAL		FIRST MINUTE	
Cena podstawowa			
Turnus I - IV	3.949 zł		3.449 zł

• First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń).