

ZGRUPOWANIE W SIERAKOWIE

Termin : 27.07 – 02.08

Miejsce : Ośrodek Wypoczynku i Rekreacji

Ul. Poznańska 28. Sieraków

Opiekun: Bartosz Zawadzki/Armin Bezler

Koszt: 785 zł

Cena obejmuje koszty zakwaterowania, wyżywienia, basenu, ubezpieczenia, wynajmu boisk i atrakcji, rowerów, zaopatrzenia apteczki i kosztów trenerów.

Dojazd we własnym zakresie do godziny 10.00, odbiór od godziny 17.00. Zawodnicy zabierają dwa ręczniki (duży i mały), 2 pary butów piłkarskich (korki i buty „halówki”), piłkę, skakankę, piłeczkę tenisową, klapki, kąpielówki, sprzęt do zabaw wodnych, ok. 5-6 pełnych strojów do trenowania, dres, ortalion, przybory toaletowe (i ewentualnie w razie potrzeby leki), resztę według uznania. W miarę możliwości proszę o ograniczenie zabierania rzeczy wartościowych w celu uniknięcia zguby itd. Pieniądze można przechować u trenera i wypłacać dziecku raz dziennie. W razie nagłych wypadków rodzic będzie informowany drogą telefoniczną i ewentualnie wezwany do przyjazdu na miejsce obozu.

Planowany rozkład obozu

27 lipca

Do godz 10.00 – dowóz dzieci na miejsce obozu

11.00-12.00 – trening (orlik pieszo)

13.30 – rozpakunek, apel, bhp, toaleta

14.30 – obiad

15.30-16.30 – sjesta poobiednia

17.00-18.30 – jezioro

19.00 – kolacja

19.45-21.00 – trening TKKF

21.30 – cisza nocna

28, 30 lipca, 01 sierpnia

7.00 – pobudka

7.30 – rozruch poranny

8.00 – toaleta poranna

8.30 – śniadanie

9.00-9.45 – porządki w domkach

10.00-12.30 – trening (orlik rowery)

13.00-14.00 – basen

14.30 – obiad

15.00-16.30 – sjesta poobiednia

17.00-18.30 – trening TKKF

19.00 – kolacja

19.45-21.00 – gry plażowe/ognisko/kręgle/gry i zabawy

29,31 lipca

8.00 - pobudka

8.30 – śniadanie

9.00-9.45 - porządki w domkach

10.00-12.30 – trening (orlik pieszo)

13.00-14.00 czas wolny

14.30 – obiad

15.00-16.30 – sjesta poobiednia

16.30-17.30 – trening las

17.30-18.30 – jezioro

19.00 kolacja

19.30-21.15 – trening (orlik rowery)

21.40 – cisza nocna

2 sierpień

7.30 – pobudka

8.00 – rozruch poranny

8.30 – śniadanie

9.00-9.45 – porządki w pokojach

10.00-12.30 – trening (orlik pieszo)

13.00-14.00 – basen

14.30 – obiad

15.00-16.30 – trening TKKF

17.00 – pakowanie, sprzątanie domków

18.00-19.00 – odbiór dzieci