

KARTA INFORMACYJNA – OBÓZ KOSZYKARSKI AKADEMIA KOSZYKÓWKI

NUMERY KONTAKTOWE:

- Paulina Babij Tel. 605-222-613
- Małgorzata Zys Tel. 516-093-203

CO NALEŻY ZABRAĆ NA OBÓZ:

- ważną legitymację szkolną! (Jeśli dziecko nie posiada to dowód lub paszport)
- obuwiu sportowe – na salę, na trening na orliku (na zewnątrz - nie mogą być to sandały !) w wystarczającej ilości
- strój sportowy lekki – spodenki i koszulki treningowe w wystarczającej ilości
- strój sportowy ciepły – dres i bluzę
- piżamę
- strój kąpielowy, klapki, krem ochronny z filtrem, czapka/chustka przeciwsłoneczna, okulary do pływania (obóz letni!)
- kurtkę przeciwdeszczową
- bieliznę osobistą, skarpetki w wystarczającej ilości
- przybory i środki toaletowe - ręczniki (minimum 2), żel, szampon, pasta do zębów, szczoteczka itp.
- podpisany bidon do picia

MILE WIDZIANE/NIEOBOWIĄZKOWE:

- karta pływacka (jeśli dziecko posiada) oraz karta zdrowia
- gry planszowe oraz przybory do malowania

INFORMACJE DODATKOWE:

- Lekarstwa, które dziecko przyjmuje na stałe z dokładnym opisem przyjmowania proszę dostarczyć trenerowi w dniu wyjazdu.
- Rzeczy i/lub pieniądze (kieszonkowe), które chcecie Państwo dać trenerom do przechowania należy dostarczyć trenerowi w kopercie z dokładnym opisem (co, ile, i jak wydawać dziecku- prosimy o przygotowanie odliczonych pieniędzy) w dniu wyjazdu.

- Telefony komórkowe przechowują trenerzy. Dzieci dostają je do swojej dyspozycji codziennie podczas ciszy poobiedniej (godz. ok.14-16, godzina może ulec zmianie). Jeśli któreś dziecko nie będzie posiadało telefonu można kontaktować się z nim poprzez telefon trenera lub kierownika.

- Prosimy, aby dzieci nie zabierały sprzętów elektronicznych typu tablet, laptop, router itp.

- Uzupełnione karty kwalifikacyjne uczestnika obozu (oryginał) z podpisami obojga

rodziców/opiekunów prawnych oraz podpisany regulamin (przez rodziców i dziecko) prosimy dostarczyć w oryginale najpóźniej podczas zbiórki na wyjazd.

RAMOWY PLAN DNIA:

7:45 – pobudka

8:00 – toaleta poranna 8:30 – 9:00 – śniadanie 9:30 – 10.00 sprzątanie, przygotowanie do treningu

10:00 – 13:00 treningi grup młodszych i starszych

13:30 – 14:00 obiad

14:00 – 15:30 cisza poobiednia, wypoczynek

15.30 – 17:00 zajęcia sportowo-rekreacyjne/trening

17:30 – 18:00 kąpiel, przygotowanie do kolacji

18:30 – 19:00 kolacja

19:30 – 21:00 zajęcia kulturalno-oświatowe (pingpong, siatkówka, koszykówka, podchody, kino film, bajki, gry i zabawy integracyjne itp.)

21:00 – 22:00 toaleta, przygotowanie do snu

22:00 – 7:30 cisza nocna

Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmiany planu dnia.