

Ośrodek Wypoczynkowy „CARBO”

ul. Dąbkowska 8, 76-156 Dąbki

położony w Dąbkach - spokojnej, nadmorskiej miejscowości rozciągającej się pomiędzy Jeziorem 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 telewizyjna - taneczna, bilard i tenis stołowy. Uczestnicy zakwaterowani będą w pokojach 2- osobowych i typu studio 2+2 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 - 8 salek telewizyjnych i do tenisa stołowego.



Świadczenia:

zakwaterowanie: 10 noclegów (turnus VI - 8 noclegów), **wyżywienie:** 4 x dziennie (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, dojazdy lokalne, ubezpieczenie NNW (10.000 zł) Signal Iduna SA. **Kadra:** ratownicy wodni, instruktorzy: tańca, windsurfingu, survivalu, pierwszej pomocy, paintballa, fitness i strzelectwa sportowego.

Turnusy:

I • 28.06-08.07.2021 IV • 31.07-10.08.2021
II • 09.07-19.07.2021 V • 11.08-21.08.2021
III • 20.07-30.07.2021 VI • 22.08-30.08.2021

Obozy i wiek uczestników:

„Misja Specjalna”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 22
„Zakrecone Wakacje”	8 -12 lat i 12 -16 lat	str. 23
„W Rytmie Wakacji”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 24
„Be Fit”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 25
„Aqua Przygoda”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 26
„Przygoda z Deską i Żaglem”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 27
„W Kraju Kwitnącej Wiśni”	12 -15 lat i 15 -18 lat	str. 28
„Wakacyjny Relaks”	10 -14 lat i 14 -18 lat	str. 29



Wymagany ekwipunek:

mały plecak, śpiwór (dotyczy obozu „Misja Specjalna”), karimat, ciepły sweter lub polar, dres sportowy, kurtka przeciwdeszczowa, buty turystyczne, latarka z zapasem baterii, letnie nakrycie głowy, szczyrnyk (dotyczy obozu „Misja Specjalna”), okulary słoneczne, krem ochronny z filtrem UV, strój kąpielowy; **mile widziane:** odzież moro, instrumenty muzyczne, aparaty fotograficzne.

Uwagi:

- **Ceny** na stronie z opisem każdego obozu; **promocje** - str. 3.
- **Opłaty za transport**, rozkład jazdy i lista przystanków - str. 47.
- **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): wodny walec zorbingowy - 10 zł; trampolina wodna - 10 zł; paintball - 30zł/100 kul; banan wodny - 20 zł.**
- Jeżeli **dziecko przyjmuje leki**, prosimy o zaopatrzenie uczestnika w te leki i kartkę z informacją o ich dawkowaniu. Uczestnik po przyjeździe ma obowiązek 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 30 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.
- **W turnusie VI** zajęcia odbędą się w zakresie dostosowanym do **mniejszej** ilości dni obozu.
- **Przyjazd indywidualny w dniu rozpoczęcia od godziny 18:00, a wyjazd w dniu zakończenia do godziny 8:00.**



Program:

mix water (3 z 4 atrakcji w zależności od pogody):

- **SUP** — nauka wiosłowania, utrzymywania równowagi i manewrów oraz rywalizacja na deskach SUP.
- **skimboard** — ślizganie się na specjalnym torze wodnym, nauka podstaw manewrów i ślizgów.
- **windsurfing** — zapoznanie się z tą dyscypliną, ćwiczenie utrzymywania równowagi, próby podstawowych manewrów.
- **kajakarstwo** — nauka manewrowania, wycieczka po jeziorze, slalomy i pływanie precyzyjne.

wycieczka rowerami wodnymi: po Jeziorze Bukowo.



„dmuchańce na wodzie”: przemieszczanie się po wodzie wewnątrz dużego, przezroczystego, plastikowego walca zorbingowego, turniej skoków na wodnej trampolinie i ćwiczenia sprawnościowe na bananie wodnym.

aquafitness: wodne ćwiczenia w rytm muzyki pod opieką trenera kształtujące sylwetkę, wzmacniające mięśnie i poprawiające koordynację ruchową całego ciała oraz usprawniające równowagę.

„ABC”: nauka nurkowania w sprzęcie ABC (pletwy i maska z rurką), nurkowanie na orientację, podwodny tor przeszkód, wydmuchiwanie maski i ćwiczenie zakładania sprzętu ABC pod wodą.

„banan wodny”: przejażdżki po Jeziorze Bukowo na „bananie” ciągniętym przez motorówkę.

„wodne wariactwa”: rywalizacja w konkurencjach sprawnościowych na dętkach, przeciąganie liny w wodzie, bieg po deskach styropianowych, wodna siatkówka, przelewanie wody przez dziurawe rury.

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.

Cena podstawowa		Promocje 3 Pory Roku		
Turnus I - V	Turnus VI	ZIMOWA 01.01 - 14.02	WIOSENSNA 22.02 - 04.04	LETNIA 12.04 - 23.05
2.099 zł	X	1.949 zł	1.999 zł	2.049 zł
X	1.899 zł	1.749 zł	1.799 zł	1.849 zł

- Promocje 3 Pory Roku - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń).
- Promocje 3 Pory Roku - łączą się z promocjami ze str. 3.



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



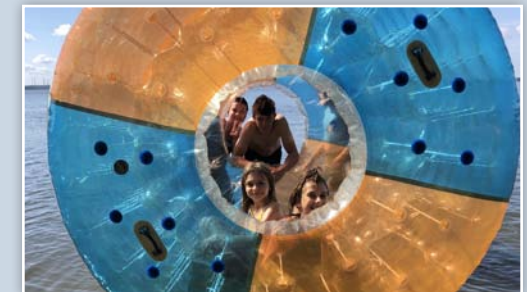
zajęcia sportowo-sprawnościowe: walki wręcz w strojach „Sumo”, zabawy w „Mega Dart”, wyścigi w workach, na szczudłach i nartach wieloosobowych, wycieczki rowerowe.

ogniska, plażowanie i kąpiele.

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

Wymagana jest podstawowa umiejętność pływania.

Wszystkie zajęcia odbywać się będą pod fachową opieką wychowawców, instruktorów poszczególnych form aktywności wodnej i ratowników wodnych.



www.aktywne-obozy.pl

www.aktywne-obozy.pl