

Strona znajduje się w archiwum.

OBÓZ SIATKARSKI SEKCJI ŻEŃSKIEJ W Żurominie 13.01 - 20.01.2024r.

Zbliża się wielkimi krokami zgrupowanie siatkarskie sekcji żeńskiej, która w tym roku wyjedzie ponownie do Żuromina. Wyjeżdżamy w dwóch terminach. Poniżej przedstawiamy informacje organizacyjne.

Przygotowujemy się praktycznie i mentalnie do obozu siatkarskiego, a tymczasem dalej intensywnie trenujemy na miejscu. W pierwszym terminie w obozie uczestniczą: minisiatkówka "3", młodziczka I (2009), kadetka 2, gr. średniozaawansowana

Informacje organizacyjne:

Termin pierwszego turnusu: 13.01.- 20. 01.2024 r.

Zbiórka godz. 8.30 przy MOS nr 6 ul. Rogalińska 2 ,wyjazd
godz. 9.00

Zakwaterowanie: Hotel Atmosfera, ul. Jana Pawła II 14,
Żuromin

www.atmosfera-zacisze.pl

<https://atmosfera-zacisze.pl/hotel/>

tel. 693 980 708

Pokoje 4 - 6 osobowe z łazienkami w wysokim standardzie,



TV i internet

Wyżywienie: 3 posiłki dziennie, w tym śniadanie i kolacja w formie bufetu.

Obiekty sportowe na wyłączność uczestników: hala sportowa pełnowymiarowa, sala fitness, siłownia

W programie obozu:

- treningi siatkarskie (2-3 razy dziennie) w ośrodku + zajęcia prewencyjne,
- gry i zabawy z nagrodami dla najmłodszych,
- animacje
- transport autokarem,
- fachowa kadra trenerska,

Przygotowujemy:



Jedzenie na drogę:

kanapki z lubianą wędliną lub serem + napój niegazowany + owoce



Torbę podróżną, a w niej ubranie na zmianę:

- dres (spodnie + bluza), ciepła bluza;
- ciepła kurtka, czapka, rękawiczki, szalik, zimowe buty;
- buty do trenowania na hali;
- strój sportowy na halę (spodenki, koszulki, skarpety, nakolanniki);
- kaptcie, klapki pod prysznic;
- 2 ręczniki, przybory toaletowe;
- foliowa torba na brudne ubrania;
- podstawowe środki farmakologiczne: wit. C, etc., plastry opatrunkowe
- gry planszowe , zręcznościowe, edukacyjne na wieczory integracyjne

[Prosimy Rodziców o nie zastawianie ul. Rogalińskiej autami prywatnymi w związku z koniecznością zaparkowania autokaru .](#)

WAŻNE:

Lekarstwa, które dziecko stale przyjmuje należy przekazać opiekunowi wraz z przyklejoną do opakowania kartką zawierającą imię i nazwisko dziecka oraz dokładny sposób dawkowania leku.

Uwaga:

Jest możliwość zdeponowania pieniędzy u wychowawców. Należy w tym celu odliczoną, odpowiednio przygotowaną kwotę (np. po 10 złotych na dzień) włożyć do podpisanej koperty, wychowawcy nie będą rozmieniać pieniędzy na miejscu. Pieniądze będą wydawane raz dziennie o wyznaczonej porze.

Na kopercie można zaznaczyć jak pieniądze mają być wydawane.

ZAŁECAMY NIE DAWAĆ DZIECKU rzeczy wartościowych np. gier elektronicznych, konsoli do gier, PSP itp.

Ani organizator obozu, ani wychowawca nie będą odpowiadać za te urządzenia - ich zepsucie, zgubienie, kradzież i inne skutki związane z ich używaniem (np. nagrywanie czy publikowanie zdjęć/filmów).

Absolutnie na obozie egzekwowany będzie zakaz spożywania fast foodów , chipsów, słodczy, napojów słodzonych.

Szkolenie sportowe dzieci i młodzieży prowadzone przez UMKS MOS Wola Warszawa współfinansuje [m.st.](#) Warszawa

[Poprzedni Strona](#)

[Następny Strona](#)