

MOS WOLA Warszawa

<http://moswola.pl/mos/aktualnosci/15794,Wymiana-turnusow-sekcji-zenskiej-MOS-WOLA-w-Lebie.html>
23.04.2024, 15:10

Strona znajduje się w archiwum.

Wymiana turnusów sekcji żeńskiej MOS WOLA w Łebie.

Od środy 19.08. do Łeby zawita sekcja żeńska MOS WOLA w tym grupy młodziczek, kadetek oraz juniorki. Siatkarki grup młodzieżowych tym samym rozpoczynają II turnus zgrupowania w Łebie. Kilka organizacyjnych informacji dla uczestniczek obozu sportowego umieszczamy poniżej. Zbiórka: 19.08.2020 ul. Rogalińska 2, godz. 08.00 Wyjazd: godz. 08.30, czas podróży 6-7 godz. Powrót: 28.08.2020, w godz. wieczornych ok. 18.00/19.00

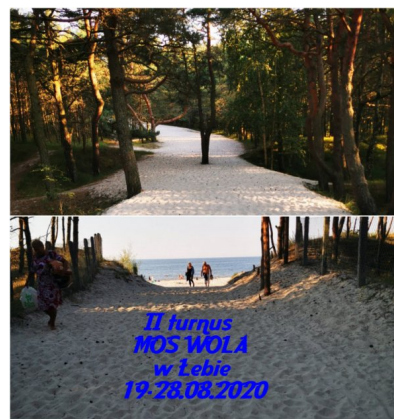
Prosimy nie pakować zgrzewek wody na czas trwania obozu - wystarczy 1 butelka na pierwszy dzień, pozostałe zapasy uzupełni klub.

Aktualności dotyczące wyjazdu na stronie www.moswola.pl oraz www.facebook.com/moswola/

Baza noclegowa: „Ośrodek kolonijny Słoneczko” Blisko centrum Łeby, z dala od ruchliwej drogi, na ogrodzonym, monitorowanym, bardzo dobrze zagospodarowanym terenie o powierzchni 1 ha, w odległości około 350 m od piaszczystej plaży i 700 m od Jeziora Sarbsko.

Adres bazy noclegowej: Ośrodek wczasowo-kolonijny Słoneczko, ul. Brzozowa 14, 84-360 Łeba,

W programie :



- treningi siatkarskie i ogólnorozwojowe na trzy sektorowej hali,
- aktywny wypoczynek nad otwartym i strzeżonym kąpielisku,
- korzystanie ze sprzętu rekreacyjnego i wodnego oraz rowerów,
- gry i zabawy rekreacyjne,
- konkursy i turnieje na świeżym powietrzu,
- karaoke,
- wycieczka,
- świetna zabawa.

Spis podstawowych rzeczy na obóz:

Jedzenie na drogę:

kanapki z lubianą wędliną lub serem + napój niegazowany, niesłodzony + owoce (czas podróży ok. 6/7 godzin)

W autokarze i na obozie jest absolutny zakaz spożywania chrupek, chipsów, napojów słodzonych, itp.;

W autokarze chętnie wyświetlimy film dvd, który zawodniczka zabierze;

Torbę podróżną, a w niej ubranie na zmianę:

dres (spodnie + bluza), ciepła bluza;

kurtka przeciwdeszczowa, czapka p/słoneczna ;

buty do trenowania na hali;

buty do trenowania w terenie;

strój sportowy na halę (spodenki, koszulki, skarpety, nakolanniki);

kapcie, klapki pod prysznic;

kostium kąpielowy, okulary do pływania;

krem do opalania z filtrem;

2 ręczniki, przybory toaletowe;

foliowa torba na brudne ubrania;

podstawowe środki farmakologiczne: wit. C, etc., plastry opatrunkowe

Kadra trenerska:

Kierownik – Stanisław Lizińczyk 606 425 555

Janusz Patriak

Radosław Krukowski

Jakub Miecznikowski

Paulina Filipowicz

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.

ZALECAMY NIE DAWAĆ DZIECKU rzeczy wartościowych np. - telefonów komórkowych, 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).

Telefony w najmłodszych grupach zostaną zebrane i wydawane raz dziennie wg. ustaleń z trenerem.

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

Projekt współfinansowany ze środków dzielnicy Wola miasta stołecznego Warszawy w ramach projektu Sportowa Warszawa.