

MOS WOLA Warszawa

<https://moswola.pl/mos/aktualnosci/21907,I-zgrupowanie-sportowe-sekcji-zenskiej-MOS-WOLA-w-Zlotowie-2807-06082024-dla-gru.html>

10.09.2024, 02:29

I zgrupowanie sportowe sekcji żeńskiej MOS WOLA w Złotowie 28.07 - 06.08.2024 dla grup mini: 2014, 2013, 2012 oraz dla młodziczki 2011

Złotów



Przekazujemy informacje organizacyjne dla wszystkich uczestniczek.

Zbiórka dziewcząt: 28.07.2024 , ul. Rogalińska 2 godz. 8.00

Wyjazd: godz. 8.30, czas podróży ok. 5,5 godz. przewidziana przerw 45 minutowa

Powrót: 06.08.2024 w godz. wieczornych, o godzinie powiadomimy na fb i moswola.pl

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

Prosimy Rodziców o nie zastawianie ul. Rogalińskiej autami prywatnymi w związku z koniecznością zaparkowania autokaru.

Spis podstawowych rzeczy na obóz:

Jedzenie na drogę: kanapki z np. serem (bezpieczne ze względu na trwałość produktów)

+ napój niegazowany, niesłodzony + owoce

W autokarze i na obozie jest absolutny zakaz spożywania chrupek, chipsów, napojów słodzonych, batoników, i innych niezdrowych- prosimy rodziców, o sprawdzenie bagaży uczestniczek zgrupowania itp.;

Wodę na treningi zakupimy dla wszystkich na miejscu, uczestniczki obozu biorą wodę na pierwszy dzień

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);
kapaty, klapki pod prysznic;
kostium kąpielowy,
krem do opalania z filtrem;
2 ręczniki, przybory toaletowe;
foliowa torba na brudne ubrania;
podstawowe środki farmakologiczne: wit. C, etc., plastry
opatrunkowe

Kadra trenerska:

Janusz Patriak – kierownik tel. 504230966

Piotr Pyskło

Małgorzata Dzido

Ewa Budka

[Poprzedni Strona](#)

[Następny Strona](#)