

POLSKA - Bory Tucholskie - Zamrzenica

ZAKWATEROWANIE

Ośrodek Wypoczynkowy „Leśne Ustronie” położony w Zamrzenicy na rozległym, ogrodzonym i oświetlonym terenie w sosnowym lesie, bezpośrednio nad czystym Jeziorem Koronowskim. Na terenie ośrodka: jadalnia, kawiarnia z salą dyskotekową i słonecznym tarasem, świetlica z TV SAT, biblioteka, sklepik spożywczy, boiska, plac zabaw, pole paintballowe z fortyfikacjami, tenis stołowy, miejsce na ognisko. Nad jeziorem usytuowana jest wydzielona plaża z kąpieliskiem oraz sprzętem sportowym i wodnym. **Obóz paintballowo-survivalowy, przygodowy i wędkarski** - zakwaterowanie w drewnianych domkach typu Brda składających się z 2 pokoi 2 os. i 1 pokoju 2, 3 os. oraz domkach typu Chata składających się z 2 pokoi 2 os. Wszystkie domki posiadają werandy, łazienki (umywalka, natrysk, WC) oraz aneksy kuchenne z podstawowym wyposażeniem i chłodziarką. **Obóz militarno-paintballowy** - zakwaterowanie w wojskowych namiotach 10 os. (po 6-8 os. w namiocie) wyposażonych w wojskowe, składane łóżka wraz z materacami i kocami, szafki na ubrania i wieszaki.

WYŻYWIENIE

Całodzienne (3 posiłki + podwieczorek). Pierwszy posiłek: kolacja w dniu przyjazdu, ostatni posiłek: śniadanie w dniu wyjazdu oraz prowiant na drogę powrotną.



W Borach Tucholskich czekają na Was przygody

TRANSPORT

Autokar turystyczny.

CENA OBEJMUJE

Zakwaterowanie (11 noclegów), wyżywienie, transport, realizację programu, opiekę: pedagogiczną, instruktorską, ratowniczą, nagrody i pamiątki, ubezpieczenie.

LATO LEŚNYCH LUDZI

Bory Tucholskie położone są w południowo-wschodniej części Pojezierza Pomorskiego, na pograniczu Kaszub. Występują tu dziewicze lasy z nieprzebytymi bagnami i krystalicznymi jeziorami. Zapraszamy do miejscowości **Zamrzenica** - małej osady leżącej w sercu Borów, 18 km od Tucholi, na Obszarze Chronionego Krajobrazu, w malowniczej dolinie Brdy, nad brzegiem Jeziora Koronowskiego. Obozy przeznaczone są dla aktywnej młodzieży, lubiącej kontakt z naturą i niezapomniane wrażenia.

Program wspólny dla wszystkich obozów

Zajęcia survivalowe - przepawy przez rzeki i bagna, budowa tratw, rozpalenie ognisk, nocleg w szałasach, rozpoznawanie roślin i tropów zwierząt, samodzielne przygotowywanie posiłków na biwakach itp. **Terenoznawstwo** - „czytanie mapy”, nauka posługiwania się busołą, odnajdywanie północnego kierunku, wędrówki na orientację, nocne podchody, zaawansowane gry terenowe, sygnalizacja i komunikowanie się w terenie. **Strzelectwo** - strzelanie z łuków i proc oraz krótkiej i długiej broni pneumatycznej. **Pierwsza pomoc** - nauka podstawowych zagadnień dotyczących pierwszej pomocy przedmedycznej, konstruowanie noszy, transport ранego w trudnych warunkach, symulacja akcji ratunkowej na wodzie, transport ранego w wodzie płytkiej i głębokiej, gra samarytańska sprawdzająca zdobytą wiedzę. **Wędrówki piesze i rowerowe** - duktami leśnymi Borów Tucholskich. **Zajęcia sportowe i rekreacyjne** - plażowanie i kąpiele w jeziorze, kajaki i rowery wodne, turnieje sportowe, zaprawy poranne, biegi sprawnościowe, ogniska z pieczeniem kiełbasy i gitara, dyskoteki.

Informacje praktyczne

Należy zabrać: legitymację szkolną, mały plecak, śpiwór, karimat, ciepły sweter lub polar, dres, kurtkę przeciwdeszczową, odzież i buty do chodzenia w wodzie, po lesie i mokradłach (niedrogie obuwie, mogące ulec zniszczeniu), buty turystyczne, latarkę z zapasem baterii, letnie nakrycie głowy, szczyrory, okulary słoneczne, krem ochronny z filtrem UV, strój kąpielowy; mile widziane: busole, instrumenty muzyczne, aparaty fotograficzne, własny sprzęt wędkarski. 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.

Uwagi

Wszystkie zajęcia prowadzone będą przez wykwalifikowanych instruktorów i wychowawców z zastosowaniem wszelkich, niezbędnych elementów zapewniających bezpieczeństwo (uprzącze asekuracyjne, kaski, kamizelki, maski ochronne, mundury, rękawice). Program zostanie odpowiednio dostosowany do panujących warunków atmosferycznych oraz stanu psychofizycznego uczestników.

Istnieje możliwość dokupienia dodatkowych zajęć paintballowych w cenie ok. 25-35 zł (w zależności od realizowanych scenariuszy) oraz zabaw w kuli zorbingowej (10 zł) i kulach wodnych (5 zł).



Obóz militarno-paintballowy

Wiek uczestników 12 - 18 lat.

Paintball – strategiczne zabawy strzeleckie z użyciem broni na żelowe kulki z kolorową farbą; zajęcia z różnymi scenariuszami wykonywane będą przez zespoły nad wodą, w lesie, w budynkach i fortyfikacjach, zajęcia snajperskie, szturmowanie obiektów, zajęcia nocne (każdy uczestnik ma do dyspozycji 500 kul przez cały obóz). **Zajęcia militarne** – techniki poruszania się w terenie, metody patrolowania terenu, nauka poruszania się w szyku patrolowym, techniki kamuflażu, maskowanie, musztra, formacje postojowe, baza patrolowa, postępowanie w sytuacji zagrożenia, współdziałanie w sytuacjach ekstremalnych. **Samoobrona** – sposoby obezwładniania napastnika, sztuka „walki bez walki”, psychologia samoobrony, walka w stojce i parterze, w dystansie bliskim i dalekim. **Techniki linowe** – nauka wiązania węzłów i zasad asekuracji, podchodzenie i zjazdy na linie, wspinaczka po skrzynkach, na ścianie wspinaczkowej oraz na specjalny słup. **Survivalowy spływ rzeką Brdą**. **„Wyprawa na tyły wroga”** – dwudniowa gra strategiczna, podsumowanie obozu, wykorzystanie nabytych umiejętności.

Obóz przygodowy

Wiek uczestników 10 - 14 lat, 15 - 18 lat.

Techniki wspinaczkowe - nauka wiązania węzłów i zasad asekuracji z użyciem różnego rodzaju przyrządów, pokonywanie mostów linowych, wspinanie się na ścianie wspinaczkowej. **Paintball** – strategiczne zabawy strzeleckie z użyciem broni na żelowe kulki z kolorową farbą (kilka scenariuszy) połączone ze sportową rywalizacją (każdy uczestnik ma do dyspozycji 100 kul przez cały obóz). **„Leśna manewry”** – wspinanie się po słupie z asekuracją, skok Tarzana, transport kłody, przeciąganie liny w wodzie i w uprzężach alpinistycznych, przejście mostu linowego. **Spływy kajakowe Brdą** i jej dopływami, nauka pływania w kanoe, pokonywanie przeszkód wodnych. **„Leśna wyprawa”** – dwudniowa, terenowa gra strategiczna będzie zwieńczeniem obozu i pozwoli praktycznie wykorzystać nabyte wcześniej umiejętności. Podzieleni na małe zespoły uczestnicy będą realizować otrzymane zadania, biwakować w lesie, przygotowywać posiłki, wyznaczać azymuty, odnajdywać właściwą drogę i zastawione pułapki.

Obóz paintballowo - survivalowy

Wiek uczestników 10 - 14 lat, 15 - 18 lat.

Paintball – strategiczne zabawy strzeleckie z użyciem broni na żelowe kulki z kolorową farbą; zajęcia z różnymi scenariuszami (m.in.: walka o rzut z amunicją i apteczką, odbicie i transport VIP-ów), realizowane będą przez zespoły: nad wodą, w lesie, w budynkach i fortyfikacjach - również nocą (każdy uczestnik ma dyspozycji 500 kul przez cały obóz). **Survival** – nauka przetrwania w trudnych warunkach i pokonywania przeszkód terenowych: budowa tratw, przeprawy przez rzeki, wawozy i bagna, wiązanie węzłów, budowa obozowisk, rozpalanie ognia różnymi metodami i w różnych warunkach, budowa i nocleg w szałasach, biwaki w lesie, rozpoznawanie jadalnych roślin, grzybów i tropów zwierząt, „leśne potrawy”, pozyskiwanie i uzdatnianie wody do picia, pieczenie podptomyków w ognisku, nauka plecienia lin. **Techniki linowe** – nauka wiązania węzłów, zasady asekuracji, pokonywanie mostów linowych, wspinaczka na ścianie wspinaczkowej, skrzynkach i słupie. **„Bieg Robinsona”** – wspinanie się po słupie z asekuracją, skok Tarzana, transport kłody, przeciąganie liny w wodzie i w uprzężach alpinistycznych, przejście mostu linowego. **Samoobrona** – sposoby obezwładniania napastnika, taktyka poruszania się w pomieszczeniach, sztuka „walki bez walki”, psychologia samoobrony, walka w stojce i parterze, w dystansie bliskim i dalekim. **„Misja Specjalna”** – dwudniowa terenowa gra strategiczna - wykorzystanie nabytych umiejętności (realizowanie zdań, biwakowanie w terenie, odnajdywanie właściwej drogi, odszukiwanie wskazówek i pułapek, współpraca w zespole, „komunikowanie się bez słów”, „snajperski paintball”).



Obóz wędkarski

Wiek uczestników 10 - 14 lat, 15 - 18 lat.

Chciałbyś złowić swoją pierwszą „taaaaką” rybę? Poznać podstawy i różne techniki wędkarskie? A może już jesteś wędkarzem, ale chciałbyś udoskonalić swoje umiejętności i sprawdzić je w praktyce? Zapraszamy więc na pełen emocji obóz wędkarski prowadzony przez doświadczonych mistrzów wędkarstwa wyczynowego. Jeśli masz swoje wędkę – weź je ze sobą. Jeśli nie masz, to nie martw się – zapewnimy odpowiedni sprzęt, pamiętaj tylko o zabraniu gumowych butów. Uczestnikom zapewnimy wszystkie niezbędne zezwolenia na wędkowanie. W programie obozu: **nauka wędkowania** metodą spławikową, gruntową i spinningową, **pokazy wędkarstwa wyczynowego**, wędkowanie z brzegu, z łodzi i w nocy, zawody wędkarskie, **całodniowa wyprawa na łowisko specjalne**, połów karpi, amurów, karasi, linów, szczupaków, węgorzy i sumów, nauka i pokazy wędkarstwa karpiego metodą „no-kill” („złów i wypuść”). **„Test wędkarza”** – zawody wędkarskie (spławikowe, rzutowe, zakładanie przynęty), wspinanie się po słupie z asekuracją, skok Tarzana, transport kłody, przeciąganie liny w wodzie i w uprzężach alpinistycznych, przejście mostu linowego. **Wycieczki kajakowe** po najciekawszych zakątkach Jeziora Koronowskiego, nauka pływania w kanoe.

Godz. odjazdu	Miejscowość	Dopłata	Godz. powrotu
04.00	Kraków	150 zł	ok. 21.30
05.40	Katowice	150 zł	ok. 20.30
06.30	Kielce	100 zł	ok. 19.30
06.15	Sosnowiec	150 zł	ok. 20.15
07.20	Częstochowa	125 zł	ok. 19.15
08.00	Radomsko	125 zł	ok. 18.30
08.35	Piotrków Tryb.	100 zł	ok. 18.00
09.55	Łódź	100 zł	ok. 16.45
11.15	Kutno	75 zł	ok. 15.45
12.30	Włocławek	50 zł	ok. 14.40
13.30	Toruń		ok. 13.30
14.45	Bydgoszcz		ok. 12.00
06.20	Opole	150 zł	ok. 20.00
07.50	Wrocław	150 zł	ok. 18.40
09.40	Leszno	125 zł	ok. 17.20
11.30	Poznań	100 zł	ok. 15.10
12.45	Gniezno	50 zł	ok. 14.00
05.00	Białystok	150 zł	ok. 21.30
08.20	Warszawa	100 zł	ok. 18.30
11.10	Płock	50 zł	ok. 15.50
Przyjazd			Wyjazd
ok. 17.00	Zamrzemca		10.45
ok. 20.00	Mrzeżyżno		07.00

Lista przystanków na str. nr 124

Nr grupy	Terminy	Militarno-paintballowy	Przygodowy	Wędkarski	Paintballowo - survivalowy
KPKP 01	27.06 – 08.07	1.449 zł	1.499 zł	1.599 zł	1.649 zł
KPKP 02	09.07 – 20.07	1.449 zł	1.499 zł	1.599 zł	1.649 zł
KPKP 03	21.07 – 01.08	1.449 zł	1.499 zł	1.599 zł	1.649 zł
KPKP 04	02.08 – 13.08	1.449 zł	1.499 zł	1.599 zł	1.649 zł
KPKP 05	14.08 – 25.08	1.449 zł	1.499 zł	1.599 zł	1.649 zł

Zniżka dla Stałych Klientów – 50 zł
 First Minute - zniżka 100 zł do 15.03.2010
 Wiosenna Promocja - zniżka 50 zł do 15.04.2010 Szczegóły na str. 2



Z ISIC 50 zł zniżki na imprezy z tego katalogu

www.almatur.pl