

# POLSKA - Jura Krakowsko - Częstochowska Janów

## ZAKWATEROWANIE

Ośrodek „Ponik” położony w pobliżu Janowa i Złotego Potoku, na ogrodzonym terenie leśnym. Na terenie obiektu: jadalnia, świetlica (bilard, tenis stołowy, gry zręcznościowe), sklepik, boiska do piłki nożnej, siatkówki i koszykówki, zbiornik wodny z piaszczystą plażą, wyspy z kęgamii na ogniska.

**Obóz „Mania fotografowania”** – zakwaterowanie w nowo wyremontowanych, 4, 5-os. domkach letniskowych z łazienkami. **Obozy „Mania strzelania” i „Mania wspinania”** - zakwaterowanie w nowo wyremontowanych, 4, 5-os. domkach letniskowych (łazienki w oddzielnym budynku).

## WYŻYWIENIE

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

## TRANSPORT

Autokar turystyczny. Rozkład jazdy wraz z dopłatami na str. 58

## CENA OBEJMUJE

Zakwaterowanie (11 noclegów), wyżywienie, transport, realizację programu, opiekę kadry pedagogicznej, instruktorów i ratowników, ubezpieczenie.



Wakacje pełne niesamowitych przygód w jurajskiej krainie



Zapraszamy do spędzenia wakacji w sercu Jury Krakowsko-Częstochowskiej, w bliskości tajemniczych jaskiń i zamków na szlaku Orlich Gniazd. Proponujemy obozy dla wszystkich tych, którzy chcą spróbować swoich sił we wspinaczce, są zafascynowani paintballem i survivaliem, jak również tych, którzy chcą przeżyć przygodę z fotografią w jurajskich plenerach.

## Program wspólny dla wszystkich obozów

**Zajęcia strzeleckie** – pneumatyczna broń krótka i długa, marker paintballowy, strzelanie do tarcz i celów ruchomych. **Orientering** – wyznaczanie azymutu, obsługa kompasu i busoli, „czytanie mapy”, zabawy terenowe. **Kajakarstwo. Pierwsza pomoc** – transport rannego i pomoc w trudnym terenie. **Zajęcia sportowe i rekreacyjne** – m.in.: koszykówka, piłka nożna, siatkówka, wspinaczka po skrzynkach, ogniska z kiełbaskami, turnieje na świeżym powietrzu, plażowanie, dyskoteki. Do dyspozycji uczestników kajaki, rowery, kijki do nordic-walking.

## Mania fotografowania

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

**Warsztaty fotograficzne** – techniczne aspekty wykonywania zdjęć: tło, „malowanie światłem”; kompozycja: ujęcie, plan obiektu; plenery fotograficzne: portrety, natura; niekonwencjonalne metody fotografowania; historia fotografii, nowinki techniczne, nauka trików, analiza stylów; konkurs na najlepsze zdjęcie, finałowa wystawa zdjęć. **Nordic – walking** - marsz ze specjalnymi kijkami. **INO** - impreza na orientację. **Wycieczki** na zamki w Mirowie i Olsztynie oraz **rowerowa wyprawa** na zamek w Bobolicach. **Należy zabrać własny aparat fotograficzny (cyfrowy).**



## Mania wspinania

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

**Wspinaczka, zajęcia linowe** – zajęcia na skałkach Jury: techniki wspinania, postępowanie się liną i sprzętem asekuracyjnym. **Speleologia** – eksploracja jaskiń (Koralowa, Berkowa). **Nocleg w jaskini Studnisko** – jednej z najstojniejszych na Jurze i ognisko z gawędami speleologa (konieczny ciepły dres). **Budowa mostów linowych, zjazdów i pokonywanie tras** – testowanie wybudowanego przez uczestników parku linowego (zajęcia prowadzone

pod nadzorem instruktorów i ratowników GOPR). **Nocleg** w wojskowych namiotach NS. **Paintball** – gra scenariuszowa (każdy uczestnik ma do dyspozycji 100 kul). **Pokaz zdjęć i projekcja filmów** o tematyce górskiej. **Nordic – walking. INO** – impreza na orientację. **Przejażdżka quadem** po Pustyni Siedleckiej. **Wycieczka** na zamek w Olsztynie i **rowerowa wyprawa** na zamek w Ostrężniku. **Należy zabrać ubiór do chodzenia po jaskiniach i buty do wspinaczki skałkowej z gumową podeszwą (lub korkotranki z obciętymi korkami).**

## Mania strzelania

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

**Paintball** – zajęcia teoretyczne i praktyczne: treningi i bitwy (leśny poligon paintballowy), strzelanie do celów i tarcz nieruchomych oraz ruchomych, odbicie i ochrona VIP-a, zdobywanie umocnień przeciwnika, bitwa paintballowa - starcie 2 plutonów (w finale każdy pluton otrzymuje dodatkowo karabin snajperski i strzelający seriami). **Rajdy** za linie wroga, zasadzki, działania nocne i piesze patroli. **Niebieska taktyka** – maskowanie, poruszanie się i przetrwanie w wodzie. **Czerwona taktyka** – udzielanie pomocy przedmedycznej w „strefie zero”, będącej pod ostrzałem wroga. **Survival** – sztuka przetrwania w trudnych warunkach i pokonywanie przeszkód terenowych, nocleg w morskich tratwach ratunkowych (tratwy 10-os.), podstawy nawigacji mor-

skiej, wiązanie węzłów, rozpalenie ognia, biwaki w lesie, mierzenie odległości różnymi metodami. **INO** – impreza na orientację (dojazd samochodami terenowymi) i **nocleg** w wojskowych namiotach NS. **Przejażdżka quadem** po Pustyni Siedleckiej. **Wycieczki** na zamki w Mirowie i Olsztynie oraz **rowerowa wyprawa** na zamek w Bobolicach. **Uczestnicy otrzymują na własność koszulkę. Każdy uczestnik ma do dyspozycji 800 kul przez cały obóz.**

## Informacje praktyczne

Należy zabrać: legitymację szkolną, śpiwór, karamatę, ciepły sweter/polar, nakrycie głowy, mały plecak, dres sportowy, kurtkę nieprzemakalną, odzież i buty za kostki z twardą podeszwą do pieszych wędrówek, menażkę, latarkę z bateriami, krem ochronny z filtrem UV, strój kąpielowy. Mile widziane: odzież moro, buty wojskowe, busole. Od każdego uczestnika pierwszego dnia pobytu pobierzemy kaucję (30 zł) na pokrycie ewentualnych strat spowodowanych przez niego w sprzęcie lub w wyposażeniu ośrodka.

## Uwagi

Zajęcia prowadzone są przez wykwalifikowanych instruktorów i wychowawców z zastosowaniem wszelkich niezbędnych elementów zapewniających bezpieczeństwo (uprząże asekuracyjne, kaski, kamizelki). Istnieje możliwość dokupienia dodatkowych zajęć paintballowych (100 kulek) dla uczestników obozów „Mania strzelania” i „Mania wspinania” - 15 zł, „Mania fotografowania” - 50 zł (organizacja całej gry). Dla chętnych całodzienna **wycieczka nad zalew w Poraju** (w cenie m.in. pływanie na banianie i ognisko) – ok. 60 zł (min. 10 os.), **jazda quadem** – 25 zł, **przejażdżka autem terenowym** – 15 zł (min. 5 os.).

Nr grupy	Terminy	Mania fotografowania	Mania wspinania	Mania strzelania
KPOJ 01	29.06 - 10.07	1.199 zł	1.249 zł	1.299 zł
KPOJ 02	11.07 - 22.07	1.249 zł	1.299 zł	1.349 zł
KPOJ 03	23.07 - 03.08	1.249 zł	1.299 zł	1.349 zł
KPOJ 04	04.08 - 15.08	1.249 zł	1.299 zł	1.349 zł
KPOJ 05	16.08 - 27.08	1.199 zł	1.249 zł	1.299 zł
Zniżka dla Stałych Klientów - 50 zł First Minute - zniżka 100 zł do 15.03.2010 r.				
Wiosenna Promocja - zniżka 50 zł do 15.04.2010 r. Szczegóły na str.2				



Z ISIC 50 zł zniżki na imprezy z tego katalogu

www.almatur.pl