

POLSKA - Beskidy - Tresna

ZAKWATEROWANIE

Beskidzkie Centrum Letniej Przygody Ośrodek Wypoczynkowy „Odys” w miejscowości Tresna, 8 km od Żywca. Położony jest na ok. 2 ha łagodnego, zielonego stoku, bezpośrednio nad Jeziorem Żywieckim. Na terenie obiektu: kawiarnia z salą dyskotekową, jadalnia, siłownia, salka TV i video, bilard, świetlica z tenisem stołowym, sala taneczna i fitness z lustrami, gry zręcznościowe, biblioteczka, własny park linowy, sprzęt sportowy, przystań wodna, promenada spacerowa, szkoła windsurfingu, boisko do siatkówki i koszykówki, profesjonalne boisko do siatkówki plażowej, plac zabaw, polany z kręgiem na ogniska, taras widokowy. W pobliżu: korty tenisowe, basen, stadnina koni. Pokoje: 2 i 4-os. w murowanych domkach szeregowych (dla 6 osób) z łazienkami.

WYŻYWIENIE

Całodzienne (3 posiłki i podwieczorek) w stołówce ośrodka. 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 str. 58

Program wspólny dla wszystkich obozów

Poza zajęciami specjalistycznymi, związanymi z wybranym typem obozu, opiekunowie – instruktorzy przygotowują i poprowadzą liczne zajęcia sportowe i rekreacyjne. Będą organizowane zajęcia na siłowni, aerobic, mecze tenisa stołowego, siatkówki, koszykówki, piłki nożnej itp., a także podchody, bal przebierańców, gry i zabawy, konkursy z nagrodami, ogniska z pieczeniem kiełbasek, dyskoteki, projekcje filmów video itd. W programie również zajęcia na basenie, wycieczka do Żywca połączona ze zwiedzaniem miasta i zamku Habsburgów.

Rekreacja i sport

Wiek uczestników 8 - 13 lat.

Zapraszamy do przeżycia wspaniałych chwil podczas obozu o charakterze rekreacyjno-wypoczynkowym połączonym z zajęciami sportowymi. W programie m.in.: rejs łodzią, basen, wizyta w stadninie koni i jazda próbna, wycieczki kajakowe, dzień przygody z paraalpinistyką, aerobik, siłownia, spartakiada sportowa, siatkówka, koszykówka, piłka nożna, tenis stołowy, UNIHOC (hokej na trawie), gry świetlicowe, gry zręcznościowe. Ponadto w programie wyjazd na lotnisko szybowcowe na Górze Żar oraz piesze wycieczki górskie: Czupel, Magurka, Kościelec i Jaworzyna.

Fotopasja

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

Zapraszamy na obóz, podczas którego odnajdziecie nowe inspiracje w beskidzkich plenerach, które od lat urzekają fotografików. Obóz przeznaczony jest zarówno dla osób rozpoczynających przygodę z fotografią, jak i bardziej zaawansowanych amatorów tej dziedziny. W ramach warsztatów odkryjecie sekrety udanej kompozycji (kompozycja ujęcia, plan



obiekty, złoty podział kadru), poznacie techniczne aspekty wykonywania zdjęć (przysłona, czas naświetlania, głębia ostrości), nauczycie się cyfrowej obróbki zdjęć i przygotowania do druku, a także będziecie brać udział w tematycznych plenerach fotograficznych (portrety ludzkie, przyroda, martwa natura). Ponadto poznacie tajniki fotografii artystycznej i pracy z modelem. W programie również wjazd kolejką torową na Górę Żar, zwiedzanie muzeum Browaru Żywiec oraz piesze wycieczki górskie. Koniecznie należy zabrać własny aparat fotograficzny (cyfrowy).

Szkoła modelingu - „Fitness, moda i uroda”

Wiek uczestników 13 - 18 lat.

Letnie warsztaty, w trakcie których specjaliści od modelingu, fitness i psychologii będą pracować z uczestnikami nad kształtowaniem pięknej sylwetki poprzez sport, taniec, ćwiczenia aerobowe i siłowe, a także szkolenia z zakresu autoprezentacji i kreowania wizerunku. Świadomość wydobycia własnych zalet pomoże w uzyskaniu pewności siebie i umiejętności autoprezentacji. Program specjalistyczny



Tresna leży nad jeziorem, wśród gór

Zapraszamy wszystkich poszukiwaczy przygód na obozy aktywnego wypoczynku do miejscowości Tresna - otoczonej Beskidami, położonej nad Jeziorem Żywieckim. Tutaj, w kontakcie z naturą będziecie się świetnie bawić, czynnie wypoczywać oraz nabywać nowe umiejętności. Dla uczestników przygotowaliśmy wiele specjalnych atrakcji, wykorzystując naturalne warunki terenowe, doświadczenie opiekunów oraz specjalizację Ośrodka „Odys” w organizowaniu aktywnego wypoczynku dla młodzieży.

obejmuje: Warsztaty „Bądź piękna jak modelka” - nauka poruszania się po wybiegu, praca przeponą, ruch bioder, warsztaty wizażu, dobór dodatków, zasady kolorystyki stroju. Szkoła fitness - aerobic, callanetics, siłownia, rytmika, zajęcia taneczne Tai-chi. Sztuka autoprezentacji, kreowanie własnego wizerunku, przyjmowanie pozytywnej postawy życiowej. Szkoła perfumiarstwa - historia oraz dobór perfum. Różnorodne zajęcia sportowe (m. in.: siatkówka, pływanie, wycieczki kajakowe, badminton). Ponadto w programie wjazd kolejką torową na Górę Żar, wycieczki górskie na Czupel i Magurkę oraz zwiedzanie muzeum Browaru Żywiec. Należy zabrać wygodne buty na wysokim obcasie.



10 przygód

Wiek uczestników 8 - 13 lat, 14 - 18 lat.

Zapraszamy miłośników prawdziwych przygód do przeżycia niesamowitych chwil i sprawdzenia się w różnorodnych zajęciach sprawnościowych. W programie: 1. zorbing – przemieszczanie się w przezroczystej kuli sferycznej; 2. paintball – zabawy strzeleckie z użyciem broni na kolorowe kulki z farbą; 3. techniki alpinistyczne - kolejka linowa (tyrolka), most linowy; 4. wspinaczka po ścianie wspinaczkowej; 5. nauka windsurfingu; 6. trekking górski - marsz na orientację; 7. kajakerstwo; 8. taniec – poznanie tajników tańca nowoczesnego; 9. praca nad własnym ciałem – aerobic, siłownia i siatkówka; 10. zwiedzanie magicznego muzeum Browaru Żywiec.

Survival

Wiek uczestników 11- 14 lat, 15 - 18 lat.

Wspaniała przygoda dla wszystkich młodych ludzi, lubiących mocne wrażenia. Zgłębianie tajemnic survivalu, nocny biwak, marsze na orientację, posługiwanie się mapą i busołą, określanie kierunków, marsz na azymut, przewidywanie pogody, sposoby maskowania, rozpoznawanie jadalnych roślin, wyprawa nocna. Ponadto wspinaczka skałkowa – techniki alpinistyczne, kolejka linowa (tyrolka), most linowy. Zawody wytrzymałościowe, testy: komandos, sprawnościowy, alpinistyczny, wytrzymałościowy. Pokonywanie przeszkód wodnych. Wykorzystanie technik strzeleckich (łuk i broń pneumatyczna). Ponadto zwiedzanie muzeum Browaru Żywiec. Należy zabrać: plecak (min. 30 l), obuwie sportowe – minimum 2 pary (koniecznie trampki), tenisówki i klapki, kurtkę przeciwdeszczową i ocieplaną, polar, ciepłe swetry, stroje sportowe (min. 2 dresy, kilka koszulek), stroje kąpielowe, większą ilość skarpet i bieleziny, latarkę, busołą (kompas), nakrycie głowy, śpiwór, karimatę.

Sport Max

Wiek uczestników 8 - 13 lat, 14 - 18 lat.

Obóz przeznaczony dla młodzieży aktywnej ruchowo, interesującej się sportem i jego dyscyplinami. Zajęcia sportowe: nauka i ćwiczenia praktyczne z windsurfingu (12 godz.) oraz jazda konna - zajęcia z jeździectwa na ujeżdżalni i w terenie (klus, galop, siodłanie, praca w stajni - łącznie 12 godz.), trekking survivalowy z zadaniami w górach, aerobic i zajęcia na siłowni, kajakerstwo, kolejka linowa (tyrolka), wędrowki górskie i zdobywanie szczytów, siatkówka, koszykówka, lekkoatletyka, tenis stołowy, pływanie, UNIHOOC (hokej na trawie). Ponadto wycieczka na Górę Żar oraz zwiedzanie muzeum Browaru Żywiec. Zapewniamy: pianki, kamizelki ratunkowe, deski windsurfingowe z żaglem, kajaki, sprzęt sportowy itp. Należy zabrać: obuwie na windsurfing lub miękkie tenisówki.

Informacje praktyczne

Zalecamy zabranie stroju kąpielowego oraz odpowiedniego stroju i obuwia do zajęć przewidzianych programem, zgodnie z informacjami przy opisie obozów. Należy zabrać również legitymację szkolną, plecak na wycieczki, nieprzemakalną kurtkę oraz ręczniki, ciepły sweter lub polar.

Uwagi

Program zostanie odpowiednio dostosowany do panujących warunków atmosferycznych oraz stanu psychofizycznego uczestników. Wszystkie zajęcia prowadzone są przez wykwalifikowanych instruktorów i wychowawców z zastosowaniem wszelkich niezbędnych elementów zapewniających bezpieczeństwo. Podział na grupy wiekowe we wszystkich typach obozów będzie realizowany przy minimum 8 os. w danych przedziałach wiekowych. W przypadku niewystarczającej ilości uczestników w wymaganym przedziale wiekowym, grupy mogą być połączone.



Nr grupy	Terminy	Rekreacja i sport	Fotopasja	Szkoła modelingu	10 przygód	Survival	Sport Max
KTOR 01	29.06 – 10.07	1.199 zł	1.499 zł	1.699 zł	1.699 zł	1.699 zł	1.799 zł
KTOR 02	11.07 – 22.07	1.299 zł	1.499 zł	1.699 zł	1.699 zł	1.699 zł	1.799 zł
KTOR 03	23.07 – 03.08	1.299 zł	1.499 zł	1.699 zł	1.699 zł	1.699 zł	1.799 zł
KTOR 04	04.08 – 15.08	1.299 zł	1.499 zł	1.699 zł	1.699 zł	1.699 zł	1.799 zł
KTOR 05	16.08 – 27.08	1.299 zł	1.499 zł	1.699 zł	1.699 zł	1.699 zł	1.799 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. Szegóły na str.2



Z ISIC 50 zł zniżki na imprezy z tego katalogu

www.almatur.pl