

OBÓZ i KOLONIA

PIŁKI SIATKOWEJ

ŁĘBA



Wiek uczestników **kolonia 9 – 11 lat obóz 12 – 18 lat**
Turnusy I. 06 – 16.07 II. 18 – 28.07 III. 01 – 11.08 2025r.

W PROGRAMIE:

- **PIŁKA SIATKOWA** nauka i doskonalenie umiejętności (1,5 - 2 godziny zajęć dziennie).
Ćwiczenia na boiskach otwartych i odmiana rozgrywanej na piasku - siatkówka plażowa. Taktyka, stałe punkty gry.
Siatkówka to sport pierwotnie opracowany w USA jako alternatywa dla koszykówki. Szybko znalazła zwolenników na całym świecie i stała się równie popularna. Znamy dwie odmiany gry w siatkówkę: **siatkówka klasyczna – halowa i siatkówka plażowa**. Obydwie są dyscyplinami olimpijskimi. To sport drużynowy. W przypadku siatkówki halowej jednocześnie na boisku znajduje się po 6-ciu zawodników z każdej z drużyn. W siatkówce plażowej – zespoły są 2 - osobowe.
- **Plażowanie i kąpiele w morzu**, frisbee, konkurs rzeźby piaskowej,
- **Wizyta w Aquaparku MAXIM, zwiedzanie Portu Jachtowego Łeba,**
- **Poszukiwanie bursztynu, zwiedzanie Latarni Morskiej, Muzeum Bursztynu**
- **W Stajni „ Senny ”** przejażdżka bryczką po okolicy,
- **Wycieczki do:**
Słowińskiego Parku Narodowego ze słynnymi ruchomymi wydmi,
Łeba Parku – park rozrywki z parkiem trampolin, autodromem, zjeżdżalnią, minigolfem, Diabelskim Młynem, kopalnią złota, labiryntem (min 4 godziny dobrej zabawy)
- **Liga grup** - planszówki , zabawy i gry integracyjne ,
- **DYSOTEKI, KARAOKE GRUPOWE, KALAMBURY, LETNIE KINO, OGNISKO**
- **Turnieje sportowe: TENIS STOŁOWY, PIŁKARZYKI w tym słynna BALONIADA,**

ZAKWATEROWANIE : O.W. „FREGATA” w Łebie, budynek murowany, pokoje 2, 3, 4 osobowe z łazienką i telewizorem.

WYŻYWIENIE : w restauracji ośrodka 3 x dziennie + deser do obiadu

(obiad porcjowany, śniadania i kolacje w systemie szwedzkiego bufetu), prowiant na drogę powrotną.

W cenie skierowania zawarte są : Park Narodowy, latarnia morska, Aquapark, Pozostałe płatne na miejscu.

TRANSPORT : PKP II kl. (Wrocław – Słupsk – Wrocław) miejsca z rezerwacją + autokar do ośrodka w Łebie.

Wyjazd nocą 1 dnia turnusu, powrót ostatniego dnia turnusu) szczegóły po 15.06.2025.

Dlaczego pociąg ? : uczestnicy nie muszą 10 godzin siedzieć w autokarze na miejscu przypięte pasami, nie cierpią na chorobę lokomocyjną, w dowolnym momencie mogą skorzystać z toalety, poznają się wzajemnie siedząc w przedziale, omijamy sezonowe korki na drogach.

KADRA : pedagogiczna, medyczna, instruktorska.

UBEZPIECZENIE : NNW do kwoty 10.000,- zł (PZU).



Cena skierowania:

2890 zł dla stałych klientów / 2990 zł dla nowych klientów

Cena zawiera opłatę na Turystyczny Fundusz Gwarancyjny
i Turystyczny Fundusz Pomocy

„Oświata Wrocław”

ul. Komandorska 2 50 - 022 Wrocław

tel. kom. 601 641 533 , 601 641 523

e - mail: turystyka@oswiata.wroc.pl

Wpis do Rejestru Organizatorów Turystyki

Woj. Opolskiego nr 177

www.oswiata.wroc.pl

**Faktury wystawiamy na instytucje lub osoby wpłacające
na życzenie do 30 dni od zakończenia turnusu**

OBÓZ i KOLONIA PIŁKI SIATKOWEJ ŁEBA 2025

Uwaga !

- warunkiem uczestniczenia w zajęciach jest posiadanie i użytkowanie odpowiedniego wyposażenia wymienionego poniżej w **Poradniku**
- uczestnicy mogą korzystać z telefonów, smart fonów, słuchawek itp. **wyłącznie czasie innym niż w trakcie** - zbiórek, robienia porządków w pokojach, zajęć praktycznych i sportowych, na stołówce, w czasie ciszy nocnej oraz na polecenie wychowawcy, instruktora lub kierownika wypoczynku.



Po ogłoszeniu ciszy nocnej wszystkie wymienione urządzenia powinny być wyłączone.

Mając na względzie na bezpieczeństwo Uczestników, łamanie tych zasad może skutkować po kontakcie z rodzicami usunięciem z wypoczynku.

Drodzy Rodzice i Opiekunowie:

- nie praktykujemy „odbierania” na noc uczestnikom smart fonów, telefonów i innych urządzeń elektronicznych. Uczestnicy mogą z nich korzystać tylko w czasie wolnym od zajęć lub za zgodą kadry
- najlepiej dzwonić do dzieci w godzinach 08.00 – 08.20, 14.30 – 15.00, 19.30 – 20.00 i **max. do 22.00**
- zgodnie z obowiązującym stanem prawnym przypominamy o zakazie stosunku do osób trzecich - wykonywania materiałów fotograficznych, filmowych i dźwiękowych bez uzyskania ich zgody
- organizator nie bierze odpowiedzialności za utratę lub zniszczenie przywiezionych przez uczestnika wartościowych przedmiotów i urządzeń elektronicznych itp.
- za szkody dokonane przez uczestnika wypoczynku i wynikające z celowego niszczenia sprzętu lub wyposażenia ośrodka odpowiadają finansowo rodzice lub prawni opiekunowie
- odwiedziny najlepiej zaplanować w niedzielę, min. jeden z Rodziców lub Opiekunów musi posiadać przy sobie Dowód Osobisty
- uczestników mogą też odwiedzać inne osoby pełnoletnie wyłącznie za okazaniem pisemnego upoważnienia wystawionego i podpisanego przez Rodziców lub Prawnych Opiekunów z podaniem numeru Dowodu Osobistego osoby odwiedzającej
- w zasadzie we wszystkich sklepikach, lodziarniach można płacić kartą, istnieje możliwość zdeponowania pieniędzy u wychowawcy ale tylko pod warunkiem przekazania ich na miejscu przez uczestnika w podpisanej kopercie wyłącznie w banknotach max. 10 / 20zł
- każdy uczestnik zabiera 150 zł w podpisanej kopercie na dodatkowe wstępy (ŁEBA PARK, muzea, parki rozrywki itp.)
- koszty leków specjalistycznych, antybiotyków, witamin itp. uczestnik pokrywa we własnym zakresie

Zakup skierowania: on - line na stronie **www.oswiata.wroc.pl**, telefonicznie lub w biurze „Oświata Wrocław”
ul. Komandorska 2 w godz. 11.00 – 17.00,

PŁATNOŚĆ na konto: „Oświata Wrocław”

Pekao SA 10 1950 0001 2006 7262 8574 0003

z dopiskiem : **KOLONIA / OBÓZ PIŁKI SIATKOWEJ ŁEBA** turnus, imię i nazwisko uczestnika

Wpłata zadatku na konto: 600 zł **Pozostała należność:** do 14 dni przed wyjazdem na turnus.

Faktury wystawiamy na instytucje lub osoby wpłacające na życzenie do 30 dni od zakończenia turnusu.



Co zabrać na Obóz i Kolonię Piłki siatkowej do Łeby ?

Strój sportowy, bluza z kapturem, strój i ręcznik kąpielowy, „wystrzałowe” stroje na dyskotekę.
W podpisanej kopercie 150zł na opłatę dodatkowych wstępów na miejscu.

Obowiązkowo zabieramy:

- letnie ubranie sportowe i zwykła kurtka od wiatru i deszczu, obuwie na miękkiej podeszwie, czapkę typu kapelusik lub z daszkiem, czapkę narciarską na bardziej wietrzne dni,
- aktualna legitymację szkolną na PKP i wstępy (bez legitymacji w pociągu konduktor doliczy karę!),
- 150 zł w podpisanej kopercie na dodatkowe wstępy (ŁEBA PARK, muzea, parki rozrywki itp.)
- mały plecaczek,
- kremy z wysokim filtrem UV 50 i piankę po oparzeniu słonecznym,
- okulary słoneczne, jeżeli używasz okulary korekcyjne to zabierz zapasowe
- buty do kąpieli w wodzie na plaży morskiej
- bidon na wodę
- leki - stałe w chorobach przewlekłych oraz leki „na wszelki wypadek” np. przeciwgorączkowe, przeciwbólowe, lokomocyjne itp. (muszą być w oryginalnych opakowaniach, podpisane imieniem i nazwiskiem oraz sposobem dawkowania) Można je przekazać na zbiórce .
- opakowanie wodoszczelne na komórkę,
- latarka – czołówka,
- strój kąpielowy do Aquaparku (ręcznik, klapki basenowe, chłopcy kąpielówki basenowe, dziewczę ta stroje kąpielowe)



RAMOWY PLAN : Obóz i Kolonia piłki siatkowej „ Oświata Wrocław” ŁEBA

	Do obiadu	Po obiedzie	Wieczorem
Dzień 1	-----	-----	Przejazd koleją - do Słupska miejsca rezerwowane. PKP II kl. + autokar do Ośrodka w Łebie
Dzień 2	Przyjazd , zakwaterowanie. podział na grupy, regulaminy, zapoznanie się z terenem ośrodka i otoczenia. Omówienie programu .	Spacer do centrum Łeby. Zapoznanie z miejscowością.	Poznajemy kadrę koleżanki i kolegów.
Dzień 3 Dzień 4 Dzień 5 Dzień 6 Dzień 7	Zajęcia z siatkówki / realizacja pozostałych punktów programu, gry, turnieje sportowe, baloniada itp. Aktywny wypoczynek w kontakcie z naturą.	Plażowanie / realizacja programu . Spacer do portu rybackiego i jachtowego. Dzień w stajni SENNY. Gry i zabawy integracyjne, turnieje. Spacer w poszukiwaniu bursztynów,	Programy wieczorny dyskoteka, karaoke, letnie kino, ognisko, Spacer na zachód słońca – konkurs fotograficzny.
Dzień 8	Wycieczka do Łeba Parku / realizacja programu	Plażowanie / realizacja programu	Program wieczorny c.d.
Dzień 9	Wycieczka do Słowińskiego Parku Narodowego	Plażowanie / realizacja programu	Program wieczorny c.d.
Dzień 10	Wizyta w Aquaparku – wodna zabawa.	Pożegnalny spacer po plażach. Pakowanie bagaży	Wieczorek pożegnalny.
Dzień 11	Wykwaterowanie.	Zwiedzanie latarni morskiej Przejazd autokarem do Słupska	Wyjazd (wagony PKP II klasy miejsca rezerwowane) Przyjazd do Wrocławia

WAŻNE !

harmonogram realizacji programu może ulec zmianie ze względu na aktualne warunki pogodowe; może zaistnieć konieczność odstąpienia od punktu programu ze względu na decyzje władz lokalnych np. zakaz wstępu do lasu w czasie suszy, zamknięcie kąpieliska.

PRZYPOMINAMY O MOŻLIWOŚCI WYKUPIENIA POLISY UBEZPIECZENIOWEJ OD KOSZTÓW REZYGNACJI Z UDZIAŁU W IMPREZIE TURYSTYCZNEJ LUB WCZEŚNIEJSZEGO A WYJAZDU Z POWODÓW LOSOWYCH

Siatkówka to dynamiczna gra. Jest szybka, wymaga ostrego czasu reakcji i obejmuje całe boisko. Z tego powodu jest to doskonały sport do spalania kalorii i wyzwania dla Twojej zwinności, koordynacji i wytrzymałości. Dodaj do tego fakt, że siatkówka jest również niezwykle towarzyska - możesz grać niemal wszędzie i o każdej porze - i staje się idealnym zajęciem do poznawania nowych ludzi przy jednoczesnym zachowaniu aktywności. Istnieją różne rodzaje siatkówki, w które można się zaangażować: halowa, plażowa lub drużyny ligowe. Niezależnie od tego, który z nich wybierzesz, nauka podstaw gry sprawi, że w krótkim czasie będziesz grać jak zawodowiec!

Siatkówka to: rozwój koordynacji ruchowej, wzmacnianie kondycji fizycznej, rozwój umiejętności pracy zespołowej, zwiększenie koncentracji i szybkości reakcji, rozwój umiejętności motorycznych, nauka odpowiedzialności i dyscypliny, wsparcie dla zdrowego stylu życia.

Skok jest najważniejszą umiejętnością w siatkówce. Musisz również wiedzieć, jak prawidłowo wylądować. Aby to zrobić, zegnij kolana, wyląduj na stopach i wchłoń wstrząs za pomocą kolan, kostek i nóg.

Do zajęć z piłki siatkowej i plażowej

Zabieramy ze sobą : ubranie i obuwie sportowe, spodnie dresowe , bluza z kapturem, ubranie i buty do gry w siatkówkę koszulki , spodenki, wysokie skarpety, nakolanniki, frotki, nałokietniki – ochraniacze na ręce (buty dedykowane lub zwykłe „adidasy” na halę), bidony na napoje w czasie treningu, czapeczki z daszkiem od słońca, mały ręczniczek na trening, kremy z filtrem UV, okulary p. słoneczne, koszulki koloru granatowego i błękitnego , jak masz własna ulubiona piłkę to zabierz : -)

