



LETNI OBÓZ AIKIDO – BĘSIA 2010

Termin obozu: 19 lipca – 1 sierpnia 2010 r.

Adres placówki: **OSRODEK WYPOCZYNKOWY "BESIA"**
Besia 21, 11-311 Kolno

Organizator: „SOTO” – A. i T. Sowińscy, ul. Widawska 7 m.12, 01-494 Warszawa
tel. 22 638-56-38 lub 502-506-933 lub 501-288-105
Konto: mBank, Nr 07 1140 2004 0000 3102 3487 3175
NIP: 522-22-16-588; REGON: 012786988

Kadra obozu: Aleksandra Sowińska – kierownik placówki wypoczynku
Tomasz Sowiński – wychowawca i instruktor
Krystian Białowski – wychowawca i instruktor
pielęgniarka – na miejscu w ośrodku

WYJAZD Z WARSZAWY:

- SOTO – Dalekowschodnie Centrum Kulturalno-Sportowe, ul. KAROLKOWA 28
poniedziałek 19.07.2010, godz. 15:00 (odjazd autobusu: godz. 15:20)
- dojazd do BĘSIA, ok. godz. 19:00 – na obiadokolację
- rozpoczęcie turnusu dla osób dojeżdżających własnym transportem – godz. 19:00 w Bęsi
(prosimy o dokładne zapoznanie się z mapką, aby dotrzeć bez trudności pod wskazany adres)

POWRÓT DO WARSZAWY:

- z Bęsi autobusem, niedziela 1.08.2010, po śniadaniu, ok. godz. 9:00
- dojazd do SOTO (KAROLKOWA 28), ok. godz. 13:00
- zakończenie turnusu dla osób dojeżdżających własnym transportem – godz. 9:00 w Bęsi

Co należy ze sobą zabrać:

- Książeczka zdrowia, **DOWÓD UBEZPIECZENIA**, Nr PESEL, Nr NIP, legitymacja szkolna, legitymacja PFA
- Przybory do higieny osobistej: ręcznik (2), szczoteczka i pasta do zębów, mydło, klapki pod prysznic, gąbka, szampon, krem z filtrem UV
- Bielizna: slipki, skarpety, podkoszulki – odpowiednia ilość
- Ciepłe ubranie: sweter, spodnie
Ubranie na upały: koszulki, spodenki, czapka od słońca
- Ubranie przed deszczem: kurtka lub płaszcz przeciwdeszczowy
Obuwie: do biegania, do chodzenia na wycieczki, klapki, ew. kalosze
- Strój i sprzęt treningowy: kimono (najlepiej 2szt.) lub dresy, (jo, bokken i tanto – grupa starsza i starsze dzieci, strój kąpielowy – w tym jedną koszulkę do kąpeli
- Lekki plecak lub torba na kilkugodzinne wymarsze w okolice

Telefony kontaktowe podczas trwania obozu:

- Do Aleksandry Sowińskiej: 502-506-933
- Do Tomasza Sowińskiego: 501-288-105

Wskazówki dotyczące przygotowania do wyjazdu dziecka lub osoby niepełnoletniej:

- wszelkie leki, proszki, syropy i inne środki medyczne (nawet witamina C) powinny być zapakowane w torebkę, opisane i przekazane na miejscu zbiórki kierownikowi przejazdu, wychowawcy lub innej osobie z kadry

- w miarę możliwości uczestnik nie powinien zabierać ze sobą kosztownych rzeczy ani dużych sum pieniędzy. Odradza się brania przez pociechy telefonów komórkowych. W nagłych przypadkach kadra może udostępnić uczestnikowi swój telefon

- w przypadku odwiedzin kogoś z rodziny lub znajomych, którzy chcieliby przejąć opiekę nad dzieckiem w czasie trwania obozu lub odebrać dziecko po obozie potrzebna będzie pisemna zgoda rodziców/opiekunów dostarczona do kadry (imię i nazwisko rodzica/opiekuna, imię i nazwisko osoby przejmującej opiekę, nr dowodu osobistego, data przejęcia opieki) przed rozpoczęciem obozu

- podczas trwania obozu dzieci będą miały zapewnioną opiekę wychowawczą i medyczną. Proszę pamiętać, że najważniejsze dla nas jest aby Państwa pociechy spędziły ten czas przyjemnie i bezpiecznie! One są naszym priorytetem, więc mogą być Państwo pewni, że oddają je w dobre ręce

Dokumenty - do pobrania ze strony <http://soto-obozy.pl>:

- uczestnik do 18 roku życia musi mieć wypełnioną **Kartę Kwalifikacyjną Uczestnika Wypoczynku**

- wszyscy uczestnicy obozu - **Umowa Uczestnictwa** w obozie - proszę wydrukować, wypełnić i przysłać lub przynieść osobiście

Prosimy o zapoznanie się z regulaminem obozów SOTO

<http://soto.waw.pl/soto-obozy/regulamin.pdf>

Dojazd własny:



Dojazd (ok. 8 km) drogą nr **596** z Biskupca koło Olsztyna i Mrągowo