



Informacja dla rodziców – Obóz Wspinaczkowy w Podlesicach 2025

1. Organizator : ***FIZJO-CAMP PAWEŁ KUBICKI***

2. Miejsce: „Agroturystyka Pokoje Gościnne Justyna”
w Podlesicach

3. Terminy: 21.07.2025 – 26.07.2025 r. Turnus

- Uczestnicy jadą i wracają autokarem. Miejsce odjazdu i przyjazdu grupy to PAŃSTWOWA SZKOŁA MUZYCZNA NR I ul. Grochowska 64 - Warszawa Praga Południe
- Zbiórka w Poniedziałek dnia 21.07.2025 r. o 8.00 odjazd około 8.30, powrót z obozu Wspinaczkowego w SOBOTĘ dnia 26.07.2025 r. przyjazd późnym popołudniem lub wieczorem pod PAŃSTWOWĄ SZKOŁĘ MUZYCZNĄ NR I .

4. Opieka:

- Kierownik obozu: Paweł Kubicki (505 503 163 o każdej porze☺ w miarę możliwości będzie odbierał telefony)
- Paweł Mak – instruktor od parku linowego i zajęć survivalowo-sportowych
- Wychowawca : Katarzyna Niepokój - czynna nauczycielka w szkole prywatnej ponad 5 letnie doświadczenie w pracy pedagogiczno-wychowawczej
- Wychowawca : Justyna Rzepka czynna instruktorka wspinaczkowa oraz wychowawca z wieloletnim doświadczeniem

5. Baza:

- agroturystyka pokoje gościnne - Justyna
- opieka medyczna lekarz (w razie potrzeby na wezwanie lub wizyta w przychodni, szpitalu pod opieką kierownika lub wychowawcy) , pielęgniarka , ratownik medyczny
- stołówka: posiłki 2 razy dziennie + podwieczorek
- wspinaczka skałkowa
- zwiedzanie okolicznych jaskiń - jaskinie o rozwinięciu poziomy
- wieczorne zwiedzanie zamku
- wieczór przy ognisku w jaskini
- gry terenowe
- gry zespołowe
- ognisko - biesiada przy gitarze i kielbaskach
- podstawy Survivalu
- leśne kino

6. Wyposażenie obozowe dziecka: WAŻNE!!!

karta kwalifikacyjna, warunki uczestnictwa i umowa dostępne na stronie www.fizjo-camp.pl
Warunki uczestnictwa, karta kwalifikacyjna i umowa dokładnie wypełnione oraz podpisane następnie wydrukowane jeden podpis na karcie kwalifikacyjnej drugi podpis na umowie trzeci na warunkach uczestnictwa po złożeniu podpisów wykonanie skanu i odesłanie na fizjo.camp.biuro@gmail.com **BEZ TYCH PODPISÓW KARTA, WARUNKI UCZESTNICTWA ANI UMOWA JEST NIEWAŻNA**) -

ORYGINAŁY PROSZĘ SKŁADAĆ OSOBIŚCIE W SP215 LUB WYŚLAĆ LISTEM NA ADRES OTWOCK UL. REYMONTA 2. MAKSYMALNIE DO 30.04.2025 ROKU . ORGANIZATOR MUSI POSIADAĆ KOMPLET DOKUMENTÓW W ORYGINALE (WARUNKI UCZESTNICTWA, UMOWA I KARTA KWALIFIKACYJNA Z PODPISAMI OBOJGA RODZICÓW) !!!

- obowiązkowo podpisana imieniem i nazwiskiem apteczka osobista, która będzie przechowywana przez kierownika obozowego – przykładowe wyposażenie: (aviomarin, witaminę C, rutinoscorbin, polopirynę, wapno, tabletki do ssania na gardło, krem ochronny z filtrem UV koniecznie, preparat przeciw komarom i kleszczom, plastry opatrunkowe)
- kieszonkowe, które może być przechowywane przez wychowawców obozu szkoleniowego w „BANKU” – obowiązkowo podpisane i umieszczone w małym portfeliku lub saszetce WAŻNE!!! PROSZĘ O NIE WKŁADANIE PIENIĘDZY DO KOPERT – Kwota kieszonkowego sprawa indywidualna i osobista według uznania
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za pieniądze, które nie znajdują się w „BANKU”

Sprzęt i ubrania do zajęć sportowych:

- nakrycie głowy czapka z daszkiem (bandamka lub chusta)–**OBYWIAZKOWO!!!**
- buty sportowe z płaską podeszwą (halówki, trampki) - 2 pary
- kalosze 1 para
- mały plecak (potrzebny do spakowania butów, picia na zajęcia sportowe),
- podpisany bidon lub butelka na wodę
- koszulki, spodenki sportowe
- majtki, podkoszulki i skarpetki – min.6 sztuk
- dresy – minimum jeden
- kurtka ortalionowa – nieprzemakalna na wiatr i deszcz
- minimum 2 ręczniki
- strój przeznaczony do wejścia jaskiniowego
- ciepłe bluzy

Sprzęt do pływania (kąpania):

- czepek kąpielowy (kto chce może zabrać)
- kąpielówki
- okulary – zgodnie z uznaniem
- klapki (do chodzenia w miejscu zakwaterowania, powinny być gumowe-szybkoschnące, nie materiałowe),
- przybory toaletowe do higieny osobistej

7.Inne:

- prosimy wyposażyć uczestników w worki foliowe lub inne worki do segregacji ubrań czystych od brudnych
- na obóz uczestnicy mogą ale nie muszą zabierać telefonów komórkowych, będą one zbierane przez kierownika i wychowawców zgodnie z regulaminem obozu wspinaczkowego zawartym w karcie kwalifikacyjnej i warunkami uczestnictwa
- nie przewiduje się odwiedzin dzieci podczas obozu szkoleniowego (stały kontakt telefoniczny z kierownikiem),
- uczestnicy nie zabierają ze sobą sprzętu elektronicznego typu PSP, LAPTOPY, TABLETY, IPAD'Y i.t.p. – organizator nie ponosi odpowiedzialności za sprzęt elektroniczny i zostanie on zdeponowany na cały czas trwania obozu szkoleniowego i oddany w ostatni dzień
- proszę o przygotowanie stosownych upoważnień i kartki informacyjnej ze szczegółowym rozpisaniem leków które córka/syn będzie przyjmować podczas trwania obozu szkoleniowego,

- **BARDZO WAŻNE!!!** proszę o bardzo dokładne przeanalizowanie a następnie spakowanie najpotrzebniejszych rzeczy na wyjazd aby bagaże były rozmiaru małego lub ewentualnie średniego (chodzi o walizki) naprawdę proszę unikać BIG walizek!!!
- **Organizator zapewnia bezpłatnie wodę niegazowaną w ilościach zabezpieczających zapotrzebowanie każdego uczestnika/czki w trakcie trwania całego turnusu.**