PODSTAWOWA LISTA RZECZY, KTÓRE POWINNY ZNALEŹĆ SIĘ W BAGAŻU OBOZOWICZA

listę można wydrukować, a w ☐ oznaczać rzeczy, które są już spakowane

Dokumenty:

- ☐ legitymacja szkolna
- ☐ umowa wraz z załączonymi regulaminami obozu z podpisem rodzica/opiekuna
- ☐ karta kwalifikacyjna uczestnika odpowiednio uzupełniona i podpisana przez opiekuna

Sprzęt sportowy:

- ☐ klubowy strój treningowy i dres
- ☐ obuwie sportowe na Orlik i na boisko trawiaste
- ☐ koszulki, spodenki i getry treningowe (kilka kompletów na zmianę)
- ☐ dres treningowy
- ☐ kąpielówki, klapki, ręcznik na plażę/basen i in.

Odzież:

- ☐ odzież codzienna odpowiednia do pory roku (koszulki z krótkim rękawem, krótkie spodenki, ale też cieplejsza bluza, długie spodnie, lekka kurtka przeciwdeszczowa)
- ☐ bielizna i skarpetki na każdy dzień pobytu
- ☐ kapcie/klapki do chodzenia po ośrodku
- ☐ obuwie codzienne na piesze wycieczki

Higiena:

- ☐ dwa ręczniki (duży i mały - najlepiej lekkie i szybkoschnące ręczniki plażowe/sportowe)
- ☐ klapki pod prysznic
- ☐ kosmetyki do higieny osobistej (szczoteczka i pasta do zębów, żel pod prysznic, mydło w płynie, szampon, krem ochronny, grzebień i in.)
- ☐ chusteczki higieniczne i in.

Inne:

- ☐ podręczny plecak/torba
- ☐ bidon
- ☐ kieszonkowe (kopertę z banknotami w niskich nominałach można przekazać kierownikowi, na kopercie powinno się znajdować imię i nazwisko dziecka oraz kwota znajdująca się wewnątrz)
- ☐ **leki wraz z rozpiską ich dawkowania** (imię i nazwisko, nazwa leku, dawka) - należy przekazać kierownikowi
- ☐ soki i kanapki na drogę
- ☐ przywieszka/naklejka do telefonu z imieniem i nazwiskiem dziecka
- ☐ artykuły papiernicze (zeszyt, długopisy, kredki i in.)
- ☐ ulubiona poduszka/maskotka
- ☐ gry karciane i planszowe
- ☐ **mnóstwo dobrego humoru, motywacji i zapału do pracy! :)**

Prosimy, aby dzieci **nie zabierały ze sobą sprzętu elektronicznego** (laptopy, tablety, PSP, cyfrowe aparaty fotograficzne i in.). Rzeczy wartościowe zabierane są na własną odpowiedzialność, organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za ich kradzież, zaginięcie bądź uszkodzenie. **Mile widziane są** za to gry planszowe, książki, gazety, a nawet albumy z kartami piłkarskimi. Zależy nam na tym, żeby dzieci nawet w pokojach (poza organizowanymi przez kadrę zajęciami) spędzały czas na wspólnych zabawach i rozmowach, a nie na przeglądaniu filmików i obrazków w Internecie :)

Telefony będą do dyspozycji chłopców przez godzinę w ciągu dnia - dokładna godzina zostanie podana przez kierowników poszczególnych obozów. W ciągu dnia czas będzie wypełniony zajęciami i wyjściami. W sprawach pilnych zawsze można kontaktować się kierownikiem.

Zawodnik, który nie będzie się odpowiednio odżywiał może zostać odsunięty od treningów. Prawidłowe odżywianie dzieci przy wzmożonym wysiłku fizycznym jest niezwykle istotne, dlatego trenerzy będą zwracać na ten element wyjątkową uwagę. Kilka łyżek zupy zawsze musi zniknąć z talerza.

Prosimy, aby dzieci nie zabierały ze sobą słodyczy - jedziemy na zgrupowanie treningowe.

Na zgrupowanie nie zabieramy przedmiotów, które mogą powodować zagrożenie życia lub zdrowia uczestników: noże, zapałki, zapalniczki, żyletki, ostre nożyczki, igły i in.