Obóz sportowy Dziwnów 14.07 – 20.07.2020

1. Godzina i miejsce zbiórki zostanie podana na kilka dni przed wyjazdem
2. Pakujemy dzieciom tylko potrzebne rzeczy
3. Dzieci mogą mieć „kieszonkowe” na własne wydatki. Część pieniążków można dać dzieciom do portfela, a część w podpisanej kopercie przekazać trenerowi. Proszę by w kopertach były nominały po 10zł, 20 zł.
4. Jeśli dziecko przyjmuje stale jakieś leki proszę o informację na kartce z dawkowaniem
5. Dzieci mogą mieć telefony komórkowe, jednak w trakcie obozu sportowego będą mogły z niego skorzystać w określonych godzinach. (pora poobiednia). Będą wtedy mogli wykonać telefon do rodziców, babci, dziadka itd.

 - Telefony podczas wycieczek, zajęć, treningów czy podczas pory jedzenia

 dezorganizują pracę grupy i wytrącają dziecko z planu dnia.

 - Telefony późno wieczorem lub w nocy budzą dzieci.

 - Jeżeli dziecko nie odbiera telefonu nie panikujmy! Najprawdopodobniej dzieci

 w tym czasie dobrze się bawią lub mają zorganizowane zajęcia

 - Wbrew pozorom dziecko często słysząc mamę, tatę, babcię, dziadka „dołuje

 się” i tęskni jeszcze bardziej

 Potrafimy szybko zaobserwować i radzić sobie ze smutkiem u dzieci, lecz jeżeli

 dziecko bez przerwy rozmawia przez telefon z rodziną, jest to naprawdę bardzo

 trudne.

1. Każdy uczestnik obozu musi posiadać badanie lekarskie od lekarza sportowego. Jeśli ktoś takich badań nie posiada, należy je koniecznie zrobić. Pierwsze kroki jeżeli ktoś jeszcze takiej książeczki nie posiada: (skierowanie do lekarza sportowego bierzemy od lekarza rodzinnego. I z tym skierowaniem udajemy się do przychodni Olimp, która znajduje się 200 m przed nasza halą akrobatyczną). Książeczkę z tymi badaniami najpóźniej dostarczamy trenerowi na zbiórce.
2. Każdy uczestnik na obozie musi posiadać dokument potwierdzający tożsamość (legitymacja, dowód osobisty, paszport)
3. Dzieci muszą mieć:

- krem z wysokim fitrem uva/uvb

- nakrycie głowy,

- ręcznik na plażę, ręcznik do kąpieli

- koszulki, spodenki, spodnie, bluzę, dresy

- kurtkę przeciwdeszczową,

- rzeczy na trening (zmienne skarpetki białe, stroje, koszulki, spodenki, adidasy tylko na halę sportową)

- adidasy(trampki), sandały

- przybory toaletowe (szczoteczka, pasta do zębów, mydło itp.)

- strój kąpielowy - x 2 pary, kąpielówki - x 2 pary

- klapki

- bieliznę na zmianę w odpowiedniej ilości

- „coś „ do spania (piżama, koszulka)

 **Kadra obozu nie ponosi odpowiedzialności materialnej za zagubione rzeczy wartościowe!**