

Lato 2026

P O L S K A

Wyjedź na Wczasy

ISSN 1234-8260



wonder
AGENCJA TURYSTYCZNA **landx**
— 1990 —

obozy młodzieżowe fascynująca przygoda

www.aktywne-obozy.pl



**Każda przygoda
zasługuje na dobrą
ochronę!**



Spis treści.....	1
Informacje o nas.....	2
Obozowe Promocje • Poradnik Rodzica.....	3
Bory Tucholskie – Zamrzenica – OW Leśne Ustronie.....	4
Zamrzenica Obóz Survivalowy „Śladami Beara Gryllsa”.....	5
Zamrzenica Obóz Militarny ASG „Za Linia Wroga”.....	6
Zamrzenica Obóz Paintballowy „Forest Battle”.....	7
Zamrzenica Obóz Wędkarski „Taaaaka Ryba”.....	8
Zamrzenica Obóz Przygodowy dla najmłodszych „Wakacyjni Odkrywcy”.....	9
Zamrzenica Obóz Odłotowy dla najmłodszych „10 Szalonych Przygód”.....	10
Zamrzenica Obóz Militarny dla najmłodszych „Młody Komandos”.....	11
Wybrzeże Bałtyckie – Mrzeżyno – OW Fama-Sta.....	12
Mrzeżyno Obóz Snajperski ASG „Na Linii Strzału”.....	13
Mrzeżyno Obóz Militarny ASG „Combat Platoon”.....	14
Mrzeżyno Obóz Militarny ASG „Special Operation Forces”.....	15
Mrzeżyno Obóz Fabularny ASG „Counter Strike”.....	16
Wybrzeże Bałtyckie – Dąbki – OW Carbo.....	17
Dąbki Obóz Taneczny z elementami fitness „Muzyczne BIT-y”.....	18
Dąbki Wodny Obóz Odłotowy „Zakręcone Aqua Wakacje”.....	19
Dąbki Obóz Paintballowy z elementami survivalu „Misja Specjalna”.....	20
Dąbki Obóz Windsurfingowy „Przygoda na Fali”.....	21
Dąbki Obóz Japoński „W Kraju Mangi i Samurajów”.....	22
Dąbki Obóz CHILLOUT-owy „Wakacyjny Luzik”.....	23
Wybrzeże Bałtyckie – Mielno – OW Słoneczny Brzeg.....	24
Mielno Obóz CHILLOUT-owy „Summer Party”.....	25
Mielno Obóz Przygodowy dla najmłodszych „Wakacyjna Misja”.....	26
Ziemia Łódzka – Spała – OKS Zacisze.....	27
Spała Obóz ASG „Decydujące Starcie”.....	28
Spała Obóz Przygodowo - Survivalowy „Forest Camp”.....	29
Spała Obóz Jeździecki „Wakacje w Siodle”.....	30
Rozkłady jazdy – Zamrzenica, Mrzeżyno, Dąbki, Mielno.....	31
Rozkłady jazdy – Spała.....	32
Kajakiem Przez Bory.....	33
Bory Tucholskie – Zamrzenica – OW Leśne Ustronie.....	34
Leśne Ustronie.....	35
Certyfikaty.....	36

Centralna Rezerwacja Miejsc:
Agencja Turystyczna „Wonderlands” Sp. z o.o.

wonder 
AGENCJA TURYSTYCZNA

tel. (+48 32) 251-73-64
tel. (+48 32) 253-05-31
www.aktywne-obozy.pl
41-500 Chorzów
ul. Dąbrowskiego 69/1
e-mail: biuro@wonderlands.pl
e-mail: biuro@aktywne-obozy.pl



DLACZEGO NASZE KOLONIE I OBOZY...



**SPRAWDZONY ORGANIZATOR, DZIAŁAJĄCY
LEGALNIE - 36 LAT DOŚWIADCZENIA**



**PROFESJONALNA I
WYKWALIFIKOWANA KADRA**



**BOGATE, SPECJALISTYCZNE, AUTORSKIE
PROGRAMY - MOC ATRAKCJI**



**SPRAWDZONE OŚRODKI -
ATRAKCYJNE LOKALIZACJE**



**MAŁE GRUPY = BEZPIECZEŃSTWO ORAZ
PROGRAM DOSTOSOWANY DO WIEKU (8-18LAT)**



**ATESTOWANY SPRZĘT NAJLEPSZYCH
PRODUCENTÓW**

OBOZOWE ZNIŻKI

„STAŁY KLIENT” 

- Osoba, która już wcześniej bawiła się z nami na obozach w latach: 2023, 2024 oraz 2025. Przy rezerwacji i wpłacie zaliczki otrzyma:

200 zł zniżki

- Nie łączy się z promocją „First Minute”

OBOZOWE PROMOCJE

„FIRST MINUTE” **500 zł**

01.01.2026 - 11.02.2026

- **FIRST MINUTE** - nie łączy się ze zniżką „STAŁY KLIENT”
(ilość miejsc ograniczona - decyduje kolejność zgłoszeń)

PORADNIK RODZICA

Transport

Korzystamy wyłącznie z licencjonowanych, sprawdzonych i uznanych na rynku firm transportowych. Wszystkie nasze autokary posiadają aktualne badania techniczne, a kierowcy to sprawdzeni, zaufani i wieloletni pracownicy naszych partnerów handlowych. Staramy się optymalizować trasy dojazdowe pod względem czasu przejazdu, ale dbamy również o zapewnienie, jak najlepszej dostępności wyjazdu z Państwa miejsca zamieszkania. Dlatego przejazd nie zawsze odbywa się najkrótszą trasą, możliwe są też przesiadki, które zawsze odbywają się pod nadzorem i przy pomocy opiekunów. Istnieje możliwość przesiadki i postoju w Bydgoszczy; transport z Gdańska i Grudziądza przesiadka w Bydgoszczy. Przy wyborze oferty prosimy o zwrócenie uwagi na **rozkłady jazdy**, w których określamy miejsca, godziny wyjazdów i przyjazdów. Miejsce rozpoczęcia podróży należy określić w momencie podpisania umowy. **Zmiana miejsca wyjazdu** może nastąpić nie później, niż 10 dni przed rozpoczęciem imprezy, później pobierana będzie opłata za zmianę miejsca wyjazdu lub powrotu w wysokości 80 zł. Nie jest możliwa ze względów technicznych, zmiana miejsca wyjazdu lub powrotu w okresie późniejszym, niż 4 dni przed rozpoczęciem obozu. Przywołując dzieci na obóz własnym środkiem transportu prosimy o uwzględnienie informacji o godzinach przyjazdu indywidualnego (zawartych na stronie z opisem danego ośrodka).

Dokumenty

Po zarezerwowaniu imprezy na adres mailowy podany w rezerwacji zostanie wysłana m.in. **karta kwalifikacyjna**, którą należy wypełnić online; po zakwalifikowaniu karta zostanie odesłana drogą mail; należy ją wydrukować, podpisać i dać dziecku na obóz. Każdy uczestnik bezwzględnie powinien posiadać przy sobie wydrukowaną i zatwierdzoną przez organizatora **kartę kwalifikacyjną**, która zostanie od niego odebrana po przyjeździe i zakwaterowaniu na obozie.

Kto może odebrać dziecko

Dziecko z autokaru lub obozu może odebrać wyłącznie **Opiekun Prawny** lub inna dorosła **osoba** do tego **upoważniona**. Jeśli nie mogą Państwo sami odebrać swojego dziecka, prosimy zadbać o to, by takie pisemne upoważnienie przekazać kierownikowi wypoczynku (drogą listową lub mailem).

Zdrowie i bezpieczeństwo

Jest dla nas najważniejsze, dlatego przed podjęciem decyzji o zapisaniu dziecka na wyjazd prosimy Opiekunów Prawnych o bardzo staranne **pre-**

analizowanie oferty i przemyślenie swojej decyzji biorąc pod uwagę zdrowie i kondycję dziecka. Część ofert z uwagi na specjalistyczny program (np. obozy militarne, survivalowe), długą podróż itd. może nie być odpowiednia dla każdego dziecka. Jeśli Państwa dziecko cierpi na jakąś dolegliwość, chorobę przewlekłą, to koniecznie należy skonsultować taki wyjazd z Państwa lekarzem, w celu wyeliminowania wszelkich przeciwwskazań zdrowotnych. Prosimy również o **dokładne wpisanie** do karty kwalifikacyjnej wszelkich dolegliwości, uczuleń, przyjmowanych leków wraz z instrukcją ich dawkowania. Jeśli stan zdrowia Państwa dziecka wymaga **specjalnych działań** ze strony organizatora: specjalna dieta, lodówka do przechowywania leków, specjalistyczna opieka itp., należy ten fakt bezwzględnie zgłosić przed dokonaniem rezerwacji w celu potwierdzenia możliwości realizacji tych świadczeń. Prosimy też pamiętać, że **chore dziecko** nie może jechać na obóz. W takich wypadkach prosimy o kontakt z biurem, w miarę możliwości postaramy się zmienić termin wyjazdu na późniejszy. Jeśli dziecko źle znosi jazdę autokarem prosimy o zaopatrzenie dziecka w lekarstwa przeciwko chorobie lokomocyjnej. Przy obozach specjalistycznych **wymagany ekwipunek** to gwarancja bezpiecznej i dobrej zabawy. Stąd ważne jest zapoznanie się z tą informacją i zaopatrzenie dzieci w niezbędną odzież i wyposażenie. Pamiętajmy, że ze względu na warunki atmosferyczne i stan psychofizyczny większości uczestników program może ulec zmianie. Nie oznacza to jednak, że realizowany program będzie gorszy, krótszy, czy mniej atrakcyjny.

Kieszonkowe

Prosimy, aby porozmawiać przed wyjazdem z dziećmi na temat rozsądnego wydawania pieniędzy, ponieważ zaplanowanie i zagospodarowanie oszczędności stanowi często dla uczestników duży problem. Pierwszego dnia podczas spotkania organizacyjnego z kierownikiem i wychowawcą istnieje możliwość przekazania kieszonkowego do **depozytu**. Sugerujemy, aby kieszonkowe było przygotowane w drobniejszych banknotach. Opis ośrodka zawiera zawsze informacje o **dotatkowych zajęciach** (płatnych na miejscu). Prosimy uwzględnić te wydatki zaopatrując przed wyjazdem uczestnika w pieniądze. Prosimy **nie zabierać** na obozy cennych przedmiotów i drogiego sprzętu elektronicznego. Ułatwi to czynny udział w życiu obozowym oraz pozwoli na lepszą integrację w grupie (unikniemy też kłopotów z zabezpieczeniem takich przedmiotów przed uszkodzeniem lub zagubieniem). Bardziej szczegółowe informacje w dokumencie **Informacje Dodatkowe**.



ZAMRZENICA BORY Tucholskie



Ośrodek Wczasowy „LEŚNE USTRONIE”

Zamrzenica 10, 89-510 Bysław

położony w Zamrzenicy - małej osadzie leżącej w sercu Borów Tucholskich, 18 km na południe od Tucholi, bezpośrednio nad brzegiem Jeziora Koronowskiego. Obozowicze zakwaterowani będą w drewnianych domkach campingowych 6 - 7 osobowych typu „Brda” oraz 3 - 4 osobowych typu „Chata” usytuowanych na 5,5 hektarowym terenie, w suchym, sosnowym lesie, w dolinie rzeki Brdy. Wszystkie domki posiadają łazienki (umywalka, natrysk, WC) i aneks kuchenny z chłodziarką i podstawowym wyposażeniem kuchennym. Uczestnicy obozów „Za Linia Wroga”, „Forest Battle” i „Śladami Beara Gryllsa” zakwaterowani będą w domkach lub w wojskowych namiotach 10 osobowych (po 4 - 8 osób w namiocie) wyposażonych w wojskowe, składane łóżka wraz z materacami i kocami, szafki na ubrania i wieszaki. Nieopodal namiotów niezależne zaplecze sanitarne. Do dyspozycji uczestników: jadalnia, kawiarnia z salą dyskotekową, telewizorem i słonecznym tarasem, sklep spożywczy, tenis stołowy, boisko do siatkówki plażowej, piłki nożnej, koszt do koszykówki, plac zabaw, miejsce na ognisko, pole militarno-taktyczne z fortyfikacjami, mini park linowy, sprzęt sportowy i wodny, własna, wydzielona plaża z pomostami i wojskowy tor przeszkód.

Świadczenia:

zakwaterowanie: 9 noclegów, **wyżywienie:** 3 x dziennie + podwieczorek (od kolacji w dniu przyjazdu do śniadania w dniu wyjazdu + suchy prowiant na drogę powrotną) - śniadania i kolacje w formie bufetu, opieka pedagogiczna i instruktorska, realizacja programu, nagrody i pamiątki, dojazd lokalne, ubezpieczenie NNW (50.000 zł) Signal Iduna SA.

Kadra: ratownicy wodni, przewodnicy, członkowie PZW, leśnicy, instruktorzy: survivalu, strzelectwa, wspinaczki i samoobrony.

Turnusy:

I • 29.06-08.07.2026
II • 09.07-18.07.2026
III • 19.07-28.07.2026

IV • 29.07-07.08.2026
V • 08.08-17.08.2026
VI • 18.08-27.08.2026

Obozy i wiek uczestników:

„Śladami Beara Gryllsa”	12-15 lat i 15-18 lat	str. 5
„Za Linia Wroga”	12-15 lat i 15-18 lat	str. 6
„Forest Battle”	12-15 lat i 15-18 lat	str. 7
„Taaaaka Ryba”	10-14 lat i 14-18 lat	str. 8
„Wakacyjni Odkrywczy”	8-13 lat	str. 9
„10 Szalonych Przygód”	8-13 lat	str. 10
„Młody Komandos”	8-13 lat	str. 11

Wymagany ekwipunek:

mały plecak, śpiwór, karimat, ciepły sweter lub polar, dres sportowy, kurtka przeciwdeszczowa, buty turystyczne, latarka z zapasem baterii, letnie nakrycie głowy, okulary słoneczne, krem ochronny z filtrem UV, ręcznik, spray przeciw komarom, strój kąpielowy, odzież i buty do chodzenia po lesie i mokradłach (nieodropne obuwie mogące ulec zniszczeniu) oraz szczyryk (nie dotyczy obozów 8-13 lat); **mile widziane:** odzież moro, własne repliki ASG i własny sprzęt wędkarski.



Uwagi:

- **Ceny** na stronie z opisem każdego obozu; **promocje** - str. 3.
- **Oplaty za transport**, rozkład jazdy i lista przystanków - str. 31.
- **Ze względu na warunki atmosferyczne i stan psychofizyczny większości uczestników program może ulec zmianie.**
- Zajęcia odbywać się będą z zastosowaniem niezbędnych elementów zapewniających bezpieczeństwo (uprzącze asekuracyjne, kaski, kamizelki asekuracyjne, mundury, okulary lub gogle i maski ochronne).
- Możliwość dokupienia dodatkowych zajęć (opłata na miejscu): **paintball - 50 zł/100 kul; paintball laserowy - 35 zł/godz.; zajęcia na profesjonalnej strzelnicy - 200 zł.**
- Jeżeli **dziecko przyjmuje leki**, prosimy o zaopatrzenie uczestnika w te leki i kartkę z informacją od lekarza o ich dawkowaniu. Uczestnik po przyjeździe musi przekazać leki z informacją kierownikowi.
- Możliwość **specjalnych diet** jedynie po wcześniejszym zgłoszeniu (21 dni przed obozem) i po uzyskaniu zgody organizatora (płatne dodatkowo).
- Od każdego uczestnika pierwszego dnia pobytu pobierzemy **kaucję w wysokości 50 zł** na pokrycie ewentualnych strat spowodowanych przez niego w sprzęcie lub w wyposażeniu ośrodka. Jeśli takich strat nie będzie - kaucję w całości oddamy w dniu wyjazdu.
- Każdy uczestnik otrzyma na własność **bidon na wodę.**
- **Podział na grupy wiekowe** będzie realizowany przy **minimum 10 osobach** w danym przedziale wiekowym.
- **Przyjazd indywidualny w dniu rozpoczęcia od godziny 15:00, a wyjazd w dniu zakończenia do godziny 12:00.**



„ŚLADAMI BEARA GRYLLSA”

OBÓZ SURVIVALOWY • 12-15 / 15-18 LAT



Program:

survival: sztuka przetrwania w trudnych, nietypowych i niesprzyjających warunkach terenowych oraz atmosferycznych. Poznanie teorii i ćwiczenia w praktyce podstawowych zagadnień związanych z przetrwaniem w ekstremalnych warunkach:

- sposoby **rozpalania ognia** różnymi metodami (w zależności od dostępnych surowców i terenu działań) - luk ogniowy, krzesiwo, krzemień, zapalki i zapalniczka.
- kilka rodzajów **stosów ogniskowych** oraz ich zastosowanie - piramida, pagoda, tratwa, studnia, gwiazda.
- **budowa schronienia** oraz jego maskowanie przed przeciwnikiem i dzikimi zwierzętami - szalasy, ziemianki, prowizoryczne namioty.
- zdobywanie i uzdatnianie **wody do picia** - filtr, destylacja, gotowanie, uzdatnianie chemiczne.
- tajniki **„leśnej kuchni”** - jadalne rośliny, sposoby przygotowywania posiłków w warunkach leśnych, rozpoznawanie tropów dzikich zwierząt, wykorzystywanie leśnych ziół i przypraw, robienie naparów.
- budowa podstawowych **narzędzi i broni** (metodami survivalowymi) niezbędnych do przetrwania.

ABC rozbitka na wodzie: budowanie tratw, sposoby wzywania pomocy, samoratownictwo, przeciwdziałanie wychłodzeniu organizmu, „wędką z niczego”, ćwiczenia na morskiej tratwie ratunkowej, 20-osobowym pontonie desantowym i kombinezonach ratunkowych.



ratownictwo: survivalowe sposoby odkażania i opatrywania ran i skaleczeń, tamowania krwotoków, usztywniania złamań, metody improwizowane w I pomocy, budowa noszy i transport rannego w trudnych warunkach terenowych.

terenoznawstwo: „czytanie mapy”, wyznaczanie kierunków stron świata różnymi metodami, wędrówki na orientację, sporządzanie szkiców oraz planów sytuacyjnych terenu działania, nocne przemarsze - nawigacja z gwiazd, wyznaczanie azymutów.

sztuka kamuflażu: maskowanie indywidualne i drużynowe - dostosowanie kamuflażu do terenu prowadzonych działań.

całodobowa wyprawa survivalowa: z noclegiem „pod gołym niebem”, przeprawami przez bagna, rzekę i jezioro.

„Test Gryllsa”: dwudniowa eskapada w teren leśny połączona z noclegiem w samodzielnie zbudowanych szalasach lub morskiej tratwie ratunkowej oraz survivalowym spływem na dętkach rzeką Brdą.



trening strzelecki: strzelanie z luków, krótkiej i długiej broni pneumatycznej w różnych pozycjach oraz z użyciem celowników optycznych.

alpinistyka: nauka wiązania węzłów i podstawowych zasad asekuracji, przejście mostów linowych, wspinaczka na wieżę ze skrzynek i zjazd „kolejką tyrolską”.

„Śladami Beara Gryllsa”: dwudniowa, strategiczna gra terenowa - uczestnicy wykorzystają nabyte wcześniej umiejętności, sprawdzą się w samoorganizacji, pomysłowości, wzajemnej pomocy i współpracy w grupie.

zajęcia sprawnościowe: zaprawy poranne, wycieczki rowerowe, kąpiele w jeziorze (pod opieką ratowników wodnych).

Obóz polecany wszystkim zainteresowanym sztuką survivalu i preferującym przygodę wśród „dzikiej przyrody”. Mile widziane: dobry humor, fantazja i kondycja (kilka nocy w lesie).

Każdy uczestnik otrzyma mini zestaw survivalowy (kompletowany indywidualnie przez cały obóz).



kod imprezy: ZAMR		FIRST MINUTE	
Cena podstawowa			
Turnus I - VI	Domek	3.649 zł	3.149 zł
	Namiot	3.249 zł	2.749 zł

- First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- zniżki - patrz str. 3



„ZA LINIĄ WROGA”

OBÓZ MILITARNY ASG • 12-15 / 15-18 LAT

Program:

Air Soft Gun: zajęcia z użyciem replik ASG (wiernych replik broni pod względem wielkości szczegółów i wagi). Pozwala to ćwiczyć taktykę walki w warunkach będących wiernym odwzworzeniem prawdziwych działań wojennych; nauka obsługi replik ASG, metody ubezpieczania partnerów podczas wykonywania zadań, sygnały umowne, dostosowanie taktyki walki do terenu działań.

zajęcia militarne: musztra, poruszanie się w szyku patrolowym i marszowym, formacje postojowe, techniki kamuflażu, maskowanie, poruszanie się w terenie skażonym, metody patrolowania terenu, zaprawy, marszobieg, pokonywanie militarnego toru przeszkód (OSF - Ośrodek Szkolenia Fizycznego), desant wodny na ufortyfikowany brzeg.

taktyka zielona: prowadzenie działań w lesie, patrolowanie obszaru, obserwacja, szyki patrolowe i marszowe. nauka cichego przemieszczania się w terenach zalesionych.



taktyka czarna: ćwiczenie techniki walki z przeciwnikiem znajdującym się w budynkach (wchodzenie do pomieszczeń, przeszukiwanie ich, zabezpieczanie przeszukanej części obiektu, metody postępowania z zakładnikiem, komunikacja niewerbalna i sygnały dowodzenia); zajęcia urealnione będą dodatkowo efektami pirotechnicznymi.

taktyka czerwona: nauka pierwszej pomocy przedmedycznej, ewakuacja rannego z pola walki, symulacja akcji ratunkowej pod ostrzałem, niesienie pomocy w terenie zagrożonym atakiem chemicznym, elementy szkolenia TCCC - systemu opieki nad rannym na polu walki.

strzelectwo: strzelnica ASG - ćwiczenie właściwych postaw strzeleckich (leżąca, kłęcząca, zza ukrycia, w masce ggaz.), taktycznej wymiany magazynków oraz strzelania z ręki niedominującej.

laser tag: symulacja pola walki z wykorzystaniem wojskowych, elektronicznych symulatorów broni będących na wyposażeniu Bundeswehry, GROM-u, FORMOZY, czy SOP-u.

kod imprezy: ZAMR			FIRST MINUTE
Cena podstawowa			
Turnus I - VI	Domek	3.749 zł	3.249 zł
	Namiot	3.349 zł	2.849 zł

- First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- zniżki - patrz str. 3



survival: nauka przetrwania w trudnych warunkach i pokonywania przeszkód terenowych (przeprawy przez rzeki i bagna, rozpalenie ognia różnymi metodami, biwaki w lesie, rozpoznawanie jadalnych roślin i grzybów, zdobywanie pożywienia, pozyskiwanie i uzdatnianie wody do picia, transport i zabezpieczenie sprzętu na wodzie).

zajęcia inżynieryjno-saperskie: budowa okopów, stanowisk ogniowych, zasiek przeciwpiechotnych, zaminowywanie i rozminowywanie dróg, torów, mostów (z wykorzystaniem macek saperskich oraz atrap pocisków).

samoobrona: podstawy walki wręcz, sposoby obezwładniania uzbrojonego napastnika, walka w stojące i parterze.

techniki linowe: pokonywanie mostów linowych, wiązanie węzłów, wspinaczka po skrzynkach, jazdy „kolejką tyrolską”.

terenoznawstwo: „czytanie mapy”, wyznaczanie kierunku północnego różnymi metodami, obsługa busoli, wyznaczanie azymutów.

operacja „Most”: dwudniowa, terenowa gra strategiczna - wykorzystanie nabytych umiejętności militarnych (zwiad, dywersja na zapleczu wroga, budowa fortyfikacji obronnych, budowa obozów oraz stanowisk obserwacyjnych); część zajęć realizowania będzie nocą.

drużynowy trening sprawnościowy: musztra, zaprawy poranne, biegi w pełnym oporządzeniu, nocne i dzienne przemarsze w terenie.

sport i rekreacja: rozgrywki sportowe, wycieczki rowerowe, spływ kajakowy, kąpiele w jeziorze (pod opieką ratowników wodnych).

Od uczestników oczekiwana jest dobra sprawność fizyczna i kondycja ze względu na większą, niż na innych obozach intensywność zajęć (kilka nocnych wypadów z przemarszami). Zajęcia prowadzone będą w systemie małych grup – zgodnie ze strukturą wojskową.

Każdy uczestnik otrzyma na czas zajęć: atrapę broni (karabinek AK 47 lub M4, bądź też broń krótka), menażkę, maskę przeciwgazową, pasoszelki, chlebak wojskowy, łopatkę piechoty, pałatkę, hełm, okulary lub gogle i maskę ochronną.

„FOREST BATTLE”

OBÓZ PAINTBALLOWY • 12-15 / 15-18 LAT



Program:

paintball: potyczki strzeleckie na kulki farbą z wieloma scenariuszami na 2 polach paintballowych (ochrona Vip-a, odbicie zakładników, obrona bunkra) prowadzone w lesie, nad wodą, w budynkach i fortyfikacjach; zajęcia wzbogacone będą o efekty pirotechniczne; szturmowanie obiektów oraz stanowisk ogniowych na brzegu, podchodzenie taktyczne i maskowanie; część zadań będzie realizowana nocą; każdy uczestnik dostanie na czas zajęć marker paintballowy, mundur, maskę oraz kamizelkę i rękawice ochronne; **przez cały obóz ma do dyspozycji 1000 kul** (możliwość dokupienia dalszych).



trening paintballowy: ćwiczenie umiejętności speedballowych - strzelania na rozbiegu i podczas biegu, wślizgów, prowadzenia ognia zza przeszkód terenowych, paintball nocny; zajęcia na profesjonalnym polu paintballowym z fortyfikacjami (bunkier, okopy, samochody, helikopter).

strzelnica paintballowa: zajęcia doskonalące techniki strzeleckie przy użyciu markera paintballowego; technika strzału „z biodra”, podstawy strzelania zza przeszkód, zmiana pozycji strzeleckiej, strzelanie w sytuacjach stresowych.

turniej MULTI - strzelecki: zawody w strzelaniu z luków, długiej i krótkiej broni pneumatycznej do tarcz i innych celów ruchomych; dynamiczna strzelnica ASG (repliki karabinów AK oraz M4).

Laser Tag: symulacja pola walki z wykorzystaniem wojskowych, elektronicznych symulatorów broni (repliki G36C – używanych m.in. przez GROM i Formozę); realizacja kilku scenariuszy urealnionych dodatkowo efektami pirotechnicznymi.

„Operacja Tytanik”: ewakuacja pasażerów z tonącego okrętu (symulacja akcji ratunkowej z wykorzystaniem wojskowego pontonu, morskiej tratwy ratunkowej oraz kombinezonów ratunkowych); podstawy nawigacji, przeciwdziałanie wychłodzeniu organizmu, porozumiewanie się na odległość na zbiorniku wodnym.

„Killing House”: zajęcia strzeleckie w pomieszczeniach wzorowane na szkoleniu oddziałów specjalnych przy użyciu bezpiecznych markerów Splat Master (kulki o mniejszym kalibrze i broń sprężynowa o mniejszej sile wylotowej).

I pomoc: konstruowanie noszy, niesienie pomocy w warunkach stresu, ocena obrażeń poszkodowanego, ćwiczenie wzywania pomocy, tamowanie krwotoków i opatrywanie ran.

mini survival: budowanie i nocleg w szalaszach, trawersowanie terenów bagiennych, rozpalać ognisk, przygotowywanie posiłków w lesie.

techniki linowe: wiązanie węzłów i zasady asekuracji, pokonywanie różnych typów mostów linowych, wspinaczka po skrzynkach i zjazd „kolejką tyrolską”.

nawigacja: „czytanie mapy” i posługiwanie się busolą, odnajdywanie północnego kierunku różnymi metodami, wędrowki na orientację, wyznaczanie azymutów, nocne pochody, gry terenowe, sygnalizacja i komunikowanie się w terenie.

zajęcia sprawnościowe: lekkie zaprawy poranne, musztra „na wesolo”, OSF - przejście na czas przez militarny tor przeszkód, rozgrywki sportowe (piłka nożna, siatkówka, ping-pong).

wycieczki kajakowe: po najciekawszych zakątkach Jeziora Koronowskiego.

wycieczki rowerowe: duktami i szlakami Borów Tucholskich.



„Paintballowe Starcie”: 24 godzinna wyprawa z noclegiem w leśnych szalaszach połączona z nocnymi rozgrywkami paintballowymi - podsumowanie zdobytych na obozie umiejętności.

rekreacja: ogniska z pieczeniem kielbasy; plażowanie, kąpiele i zabawy na dętkach w jeziorze (pod opieką ratowników wodnych).

Obóz polecany miłośnikom „mocnych wrażeń”, lubiącym przygody, lekkie wysiłki fizyczne i rywalizację.

kod imprezy: ZAMR			FIRST MINUTE
Cena podstawowa			
Turnus I - VI	Domek	3.699 zł	3.199 zł
	Namiot	3.299 zł	2.799 zł

• First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
• zniżki - patrz str. 3



„TAAAAAKA RYBA”

OBÓZ WĘDKARSKI • 10-14 / 14-18 LAT

Program:

wędkarstwo: nauka wędkowania metodą spławikową, gruntową i spinningową, organizacji stanowiska wędkarskiego oraz doboru i przygotowania sprzętu i łowiska, poznanie przepisów PZW i zasad obowiązujących na stanowiskach wędkarskich, pokazy wędkarstwa wyczynowego, wędkowanie z brzegu, z łodzi i w nocy, indywidualne i drużynowe zawody wędkarskie: spławikowe oraz rzutowe, połów karpi, amurów, karasi, linów, szczupaków, węgorzy i sumów.



całodniowa wyprawa na łowisko specjalne: nauka i pokazy wędkarstwa karpiowego metodą „no-kill” („złów i wypuść”).

survival - „szkoła przetrwania”: rozpalać ognisk, biwak „pod gołym niebem”, konstruowanie prymitywnego sprzętu wędkarskiego.



wielobój wędkarski: wyścig na szczudłach, slalom rowerem „Składak”, opłynięcie boi łódźką wędkarską, rzut piłką do kosza, bieg z piłką lekarską, utrzymywanie równowagi w kanoe - przeciąganie liny.

kod imprezy: ZAMR		FIRST MINUTE	
Cena podstawowa			
Turnus I - VI	Domek	3.849 zł	3.349 zł

- First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- zniżki - patrz str. 3



I pomoc: nauka niesienia pomocy przedmedycznej metodami prowizorycznymi, konstruowanie noszy, transport rannego w trudnych warunkach terenowych, symulacja akcji ratunkowej.

alpinistyka: nauka używania uprząży wspinaczkowych i wiązania węzłów, zjazd „kolejką tyrolską”, wspinaczka na wieżę ze skrzynek, pokonywanie mostów linowych w lesie i nad wodą.

„Test wędkarza”: zawody wędkarskie (spławikowe, rzutowe, rzut sztuczną przynętą na celność).



OSF: pokonywanie na czas wojskowego toru przeszkód.

wycieczki rowerowe: szlakami rowerowymi i duktami leśnymi Borów Tucholskich.

wycieczki kajakowe: po najciekawszych zakątkach Jeziora Koronowskiego; nauka pływania w kanoe.

rekreacja: kąpiele i zabawy na dętkach w jeziorze (pod opieką ratownika wodnego).

ogniska: z pieczeniem kielbasy.

Wszystkie zajęcia odbywać się będą na zasadach punktowanej rywalizacji, a jej zwycięzcy zostaną nagrodzeni.

Uczestnicy nie muszą posiadać własnego sprzętu wędkarskiego - jedynie powinni zabrać buty gumowe (kałasze). Wszystkie zajęcia odbywać się będą w oparciu o sprzęt organizatora i zgodnie z przepisami PZW.

Każdy uczestnik otrzyma medalion wędkarski, gadżety firmy Mikado, a najlepszy wędkarz pamiątkową statuetkę.

„WAKACYJNI ODKRYWCY”

OBÓZ PRZYGODOWY DLA NAJMŁODSZYCH • 8-13 LAT

Program:

„trening odkrywcy”: rywalizacja na morskiej tratwie ratunkowej i wojskowym torze przeszkód, tunie skoków na trampolinie, zajęcia w mini parku linowym (wspinaczka na wieżę ze skrzynek, zjazd „kolejka tyrolską”), nauka pływania w canoe, pokonywanie pływającego „mostu” styropianowego i przejście po taśmie triline nad wodą.



terenoznawstwo: nauka poruszania się w terenie leśnym i wyznaczania kierunku północnego różnymi metodami, własnoręczne sporządzenie mapy terenu, podchody z wykonywaniem „tajemnych zadań”, gra „światlik” oraz różne gry terenowe.

„survival odkrywcy”: samodzielne konstruowanie szałasów i biwak w wiosce leśnej, nauka rozpalać ognia i warty przy ognisku, smażenie kielbas, pieczenie ziemniaków w ognisku; „wędką z niczego” – wędkowanie z użyciem skonstruowanego przez siebie sprzętu wędkarskiego, pozyskiwanie i uzdatnianie wody do picia, konstruowanie totემów, przeprawa przez bagna.

„wodna wyprawa”: kajakami i rowerami wodnymi po Zalewie Koronowskim, obserwacja zwierząt wodnych, ewakuacja z użyciem tratwy i wieloosobowego pontonu.

„ekspedycja na kołach”: na rowerach duktami Borów Tucholskich połączona z zajęciami w „plenerowej siłowni”.

„świat zwierząt”: wycieczka na spotkanie z alpakami, kangurami Walabia, zwierzętami domowymi: kury, pawie, króliki, kozy miniaturki (karmienie i porządkowanie wybiegów zwierząt).



„ćwiczenia strażackie”: pokaz sprzętu strażackiego, zwijanie wężu gaśniczych połączonych z przymusową kąpielą wodną, przejazdka specjalistycznym samochodem (zajęcia w remizie OSP w Minikowie); zabawowa nauka podstaw I pomocy przedmedycznej.

„świat lasu”: wycieczka leśną ścieżką edukacyjną, rozpoznawanie gatunków drzew roślin i grzybów, a także śpiewu ptaków, nauka maskowania się w lesie.

„zawody strzeleckie”: z proc, luków i broni pneumatycznej, pojedynki z użyciem elektronicznych symulatorów broni, Gel Blaster oraz pistoletów i karabinów NERF.

trening dziwnych umiejętności: poszukiwanie skarbu przy użyciu elektronicznego wykrywacza metalu, „holi day” – obrzucanie się bezpiecznymi, różnokolorowymi proszkami, „baloniady”, przelewanie wody przez „dziurawe rury”, przeprawy na dętkach.

rekreacja: kąpiele i zabawy w wodzie, malowanie obrazów na foli stretch, zabawy „Mega Jenga” i „Stół z dziurą”.

Od uczestników wymagana jest umiejętność jazdy na dwukółnym rowerze.

Uczestnicy będą zdawać telefony komórkowe wychowawcom na czas ciszy nocnej.



Realizacja programu obozu będzie dostosowana do indywidualnych możliwości większości uczestników.

Wszystkie zajęcia odbywać się będą pod fachową opieką wychowawców, ratowników wodnych i instruktorów.

Każdy uczestnik obozu otrzyma pamiątkowy „Amulet Odkrywcy”.

kod imprezy: ZAMR		FIRST MINUTE
Cena podstawowa		
Turnus I - VI	Domek 3.649 zł	3.149 zł

- First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- zniżki - patrz str. 3



„10 SZALONYCH PRZYGÓD”

OBÓZ ODLIOTOWY DLA NAJMŁODSZYCH • 8 -13 LAT

Program:

Przygoda STRZELECKA: zawody w strzelaniu z proc i łuków; nauka obsługi pistoletów i karabinów pneumatycznych, a po niej konkurs strzelecki; dynamiczna strzelnica ASG z użyciem repliki AK 47 (Kałasznikow).

Przygoda SURVIVALOWA: pozyskiwanie i uzdatnianie wody do picia, długi biwak z noclegiem w leśnej wiosce survivalowej (nauka rozpalania ognia, budowa szałasów, pieczenie podplomyków), przeprawy przez bagna, wędkowanie.

Przygoda ALPINISTYCZNA: nauka używania uprząży wspinaczkowych i wiązania węzłów, zjazd „kolejką tyrolską”, wspinaczka po sieci i na wieże ze skrzynek, pokonywanie mostu linowego nad wodą, wizyta i zajęcia w remizie OSP w Minikowie.

Przygoda WODNA: wycieczka kajakowa, przeprawy na dętkach, budowa i wodowanie tratw, slalom rowerem wodnym, pokonywanie „mostu styropianowego”, przeciąganie liny w wodzie, ćwiczenia na morskiej tratwie ratunkowej, kąpiele w jeziorze (wszystkie zajęcia w wodzie przy pełnej asekuracji ratowników wodnych).



Przygoda ROWEROWA: wycieczki rowerowe duktami leśnymi i szlakami Borów Tucholskich.

Przygoda WOJSKOWA: nauka musztry i zielonej taktyki, rzut granatem (atrapa) na celność, zajęcia w maskach przeciwgazowych, poszukiwania zakopanych atrap min i pocisków elektronicznym wykrywaczem metali, pokonywanie na czas wojskowego toru przeszkód; Laser Tag – militarna potyczka z wykorzystaniem wojskowych, elektronicznych symulatorów broni oraz efektów pirotechnicznych.



Przygoda ZAKRĘCONA: zabawy z chustą animacyjną, wyścigi w 3-osobowych „Spodniach Clowna”, na szczudłach, nartach wieloosobowych i w workach, przelewanie wody przez dziurawe rury, „Zamrzenicki Festiwal Kolorów” – obrzucanie się bezpiecznym, kolorowym proszkiem, skoki na trampolinie w rytm muzyki.



Przygoda SPORTOWA: rozgrywki w siatkówkę plażową, tenisa stołowego i piłkę nożną; turniej „zakręconego hokeja”, gdzie kijami hokejowymi są szczotki do zamiatania, a taflą lodową olbrzymia folia pokryta pianą, zawody w rzutach do kosza, baloniada – mecze na plaży, w których piłkami są balony napelnione wodą.

Przygoda ARTYSTYCZNA: konkursy muzyczne, taneczne i plastyczne, tworzenie rzeźb z piasku, malowanie twarzy i festiwal przebiecaczów.

Przygoda LEŚNA: nocne i dzienne gry terenowe, podchody z wykonywaniem tajemniczych zadań, poszukiwanie skrzyni ze skarbem, rozpoznawanie drzew, krzewów, jadalnych roślin i tropów zwierząt.



Od uczestników wymagana jest umiejętność jazdy na dwukołym rowerze.

Uczestnicy będą zdawać telefony komórkowe wychowawcom na czas ciszy nocnej.

Realizacja programu obozu będzie dostosowana do indywidualnych możliwości większości uczestników.

Wszystkie zajęcia odbywać się będą pod fachową opieką wychowawców, ratowników wodnych i instruktorów.

Każdy uczestnik obozu otrzyma pamiątkowy „Medal 10 Przygód”.

kod imprezy: ZAMR		FIRST MINUTE	
Cena podstawowa			
Turnus I - VI	Domek	3.649 zł	3.149 zł

- **First Minute** - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- **zniżki** - patrz str. 3

„MŁODY KOMANDOS”

OBOZ MILITARNY DLA NAJMŁODSZYCH • 8-13 LAT



Program:

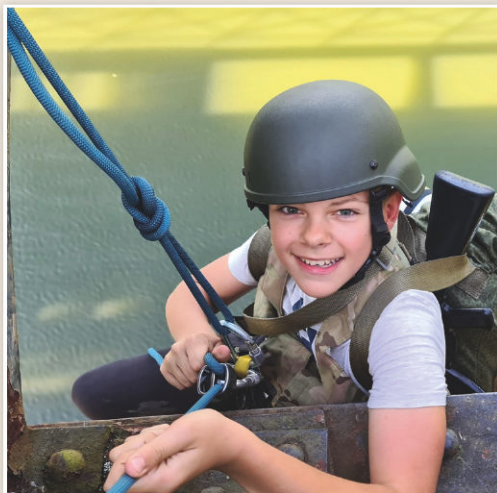
musztra na wesoło: nauka podstaw musztry i „wojskowej dyscypliny” w formie dobrej zabawy.

Laser Tag: symulacja pola walki z wykorzystaniem wojskowych, elektronicznych symulatorów broni (repliki G36C – używanych m.in. przez GROM i Formozę); realizacja kilku scenariuszy urealnionych dodatkowo efektami pirotechnicznymi.

pokaz wyposażenia wojskowego: nauka obsługi replik karabinu maszynowego MK43, granatnika RPG7, pistoletów Beretta, karabinów (AK47, M4 i M16), strzelb i karabinów snajperskich; przymierzanie umundurowania i wyposażenia różnych armii i formacji wojskowych.

zajęcia sapersko-inżynieryjne: rozminowywanie terenu (atrapy min i pocisków) za pomocą elektronicznego wykrywacza metali i macek saperskich; wykonywanie zadań w maskach przeciwgazowych, tworzenie szyków, podstawy taktyki wojskowej.

techniki linowe: nauka używania uprząży wspinaczkowych i wiązania węzłów, zjazd „kolejką tyrolską”, wspinaczka na wieżę ze skrzynek, pokonywanie mostu nad wodą.



przetrwanie w lesie: Bushcraft - nabywanie umiejętności, dzięki którym można spokojnie bytować w naturze; wykorzystywanie dostępnych surowców w sposób minimalny i odpowiedzialny; budowa prostych schronów jedno i wieloosobowych, tworzenie podstawowych narzędzi; survival militarny - przetrwanie w lesie w sposób niezauważalny dla wroga; survival zielony - sposoby wytwarzania wody, rozpalania ogniska w naturalnym otoczeniu i gotowania w warunkach leśnych, przeprawy przez bagna; nocleg w szalaszach.

paintball dla najmłodszych: Splat Master - najbardziej bezpieczna forma paintballa (kulki o mniejszym kalibrze i broń sprężynowa o mniejszej sile wylotowej); kilka scenariuszy militarnych w lesie i na 2 polach paintballowych z fortyfikacjami; każdy uczestnik dostanie na czas zajęć karabinek, kamizelkę i maskę ochronną.

strzelnica ASG: strzelnica statyczna z wykorzystaniem replik karabinków M4 i AK 47; strzelnica dynamiczna z użyciem broni ASG.

militarny system samoobrony: podstawy walki wręcz, ćwiczenie walki wręcz gumowymi atrapami broni, zasady poruszania się w walce, sposoby obrony przed realnym atakiem, techniki antyterrorystyczne, odbieranie broni przeciwnikowi.

OSF: pokonywanie na czas wojskowego toru przeszkód.

gry i zabawy terenowe: strategiczne zabawy (dienne i nocne), podczas których uczestnicy przejdą m.in. „test odwagi”; rozgrywki uczące samodzielności i współpracy w grupie; realizacja zadań fizycznych i umysłowych.



sprawnościowe zajęcia wodne: pokonywanie wodnego mostu styropianowego, zajęcia na morskiej tratwie ratunkowej, pływanie 20-osobowym pontonem desantowym (wszystkie zajęcia w wodzie przy pełnej asekuracji ratowników wodnych).

taktyka czerwona: udzielanie pomocy metodami prowizorycznymi w warunkach bojowych, budowa noszy i transport rannego podczas ostrzału, gra terenowa „Samarytanin” na zakończenie zajęć.

operacja „Normandia”: obrona plaży za pomocą broni Gel Blaster przed inwazją wroga; zajęcia z użyciem środków pirotechnicznych.

rekreacja: wycieczki rowerowe i kajakowe, ogniska, plażowanie i kąpiele.

Uczestnicy będą zdawać telefony komórkowe wychowawcom na czas ciszy nocnej.

Realizacja programu obozu będzie dostosowana do indywidualnych możliwości większości uczestników.

Wszystkie zajęcia odbywać się będą pod fachową opieką wychowawców, ratowników wodnych i instruktorów.

Każdy uczestnik otrzyma militarną odznakę.

kod imprezy: ZAMR		FIRST MINUTE	
Cena podstawowa			
Turnus I - VI	Domek	3.649 zł	3.149 zł

- First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- zniżki - patrz str. 3



MRZEŻYNO

WYBRZEŻE BAŁTYKU

Ośrodek Wypoczynkowy „FAMA-STA”

ul. Kołobrzeska 32, 72-330 Mrzeżyno

położony w Mrzeżynie - nadmorskiej miejscowości letniskowej, leżącej 18 km na zachód od Kołobrzegu przy ujściu rzeki Regi do Bałtyku; 5 hektarowy teren ośrodka usytuowany jest ok. 350 m od morza i graniczy z terenami leśnymi, na których przez wiele lat rozmieszczone były jednostki wojskowe, a do dziś pozostały fortyfikacje i umocnienia wykorzystywane do zajęć obozowych. Ośrodek składa się z 3 pawilonów hotelowych leżących na starannie zagospodarowanym, zadrzewionym, oświetlonym i ogrodzonym terenie. Uczestnicy zakwaterowani będą w pokojach 3, 4 i 5 osobowych (możliwe łóżka piętrowe) z łazienkami (umywalka, natrysk, WC). Do dyspozycji obozowiczów: jadalnia, kawiarnia, 2 sale dyskotekowe, biblioteka, 7 sal TV, siłownia, tenis stołowy, boiska do siatkówki i siatkówki plażowej, **odkryty basen kąpielowy o wymiarach 8 x 16 m**, place zabaw i miejsca na ogniska.



Świadczenia:

zakwaterowanie: 9 noclegów, **wyżywienie:** 3 x dziennie + podwieczorek (od kolacji w dniu przyjazdu do śniadania w dniu wyjazdu + suchy prowiant na drogę powrotną) - śniadania i kolacje w formie bufetu, opieka pedagogiczna, instruktorska i medyczna, realizacja programu, nagrody i pamiątki, dojazdy lokalne, ubezpieczenie NNW (50.000 zł) Signal Iduna SA. **Kadra:** ratownicy wodni, oficerowie i podoficerowie Wojska Polskiego, instruktorzy: strzelectwa sportowego, survivalu i samoobrony.

Turnusy:

I • 29.06-08.07.2026
II • 09.07-18.07.2026
III • 19.07-28.07.2026
IV • 29.07-07.08.2026
V • 08.08-17.08.2026

Obozy i wiek uczestników:

„Na Linii Strzału”	12 - 15 lat i 15 - 18 lat	str. 13
„Combat Platoon”	12 - 15 lat i 15 - 18 lat	str. 14
„Special Operation Forces”	13 - 15 lat i 15 - 18 lat	str. 15
„Counter Strike”	10 - 14 lat i 14 - 18 lat	str. 16



Wymagany ekwipunek:

mały plecak, śpiwór, karimat, ciepły sweter lub polar, dres sportowy, kurtka przeciwdeszczowa, buty turystyczne, latarka z zapasem baterii, letnie nakrycie głowy, szczyrzyk, okulary słoneczne, krem ochronny z filtrem UV, ręcznik, spray przeciw komarom, strój kąpielowy, odzież i buty do chodzenia w wodzie, po lesie i mokradłach (nieodroczne obuwie mogące ulec zniszczeniu); **mile widziane:** własne repliki ASG, odzież moro i buty wojskowe.

Uwagi:

- **Ceny** na stronie z opisem każdego obozu; **promocje** - str. 3.
- **Oplaty za transport**, rozkład jazdy i lista przystanków - str. 31.
- **Ze względu na warunki atmosferyczne i stan psychofizyczny większości uczestników program może ulec zmianie.**
- Zajęcia odbywać się będą z zastosowaniem niezbędnych elementów zapewniających bezpieczeństwo (pasy i ładownice lub kamizelki taktyczne, okulary lub gogle i maski ochronne).
- Możliwość dokupienia dodatkowych zajęć (opłata na miejscu): **strzelectwo (WALTER P99) - 25 zł.**
- Jeżeli **dziecko przyjmuje leki**, prosimy o zaopatrzenie uczestnika w te leki i kartkę z informacją od lekarza o ich dawkowaniu. Uczestnik po przyjeździe musi przekazać leki z informacją kierownikowi.
- Możliwość **specjalnych diet** po wcześniejszym zgłoszeniu (21 dni przed obozem) i uzyskaniu zgody organizatora (płatne dodatkowo).
- Od każdego uczestnika pierwszego dnia pobytu pobierzemy **kaucję w wysokości 50 zł** na pokrycie ewentualnych strat spowodowanych przez niego w sprzęcie lub w wyposażeniu ośrodka. Jeśli takich strat nie będzie - kaucję w całości oddamy w dniu wyjazdu.
- Każdy uczestnik otrzyma na własność **bidon na wodę.**
- **Podział na grupy wiekowe** będzie realizowany przy **minimum 10 osobach** w danym przedziale wiekowym.
- **Przyjazd indywidualny w dniu rozpoczęcia od godziny 18:00, a wyjazd w dniu zakończenia do godziny 8:00.**



„NA LINII STRZAŁU”

OBOZ SNAJPERSKI ASG • 12-15 / 15-18 LAT



Program:

Air Soft Gun: zajęcia z użyciem broni skonstruowanej w celu realnego odwzorowania pola walki (repliki broni ASG to wierne kopie oryginałów pod względem wielkości, szczegółów i ciężaru). Pozwala to ćwiczyć taktykę walki w warunkach będących wiernym odwzorowaniem prawdziwych działań wojennych. Uczestnicy będą wyposażeni w karabiny snajperskie z celownikami optycznymi do ćwiczeń snajperskich i scenariuszy ASG. Zadania będą wykonywać dwuosobowe drużyny snajperskie składające się ze snajpera i obserwatora.



scenariusze ASG: wykonywanie szeregu misji wspierających lub sabotujących działania drużyn obozu „Combat Platoon” - zwiad i rozpoznanie, „likwidacja” oddziałów wroga i osób dowodzących, przechwytywanie sprzętu przeciwnika, obserwacja i szczegółowe raporty (weryfikowanie celów ataku); gry taktyczne: „Pojedynki snajperów” i „Konwój” oraz scenariusze ASG na luzie: „The Juggernaut” oraz „Przemysłnicy i celnicy”.

„Sneak & Shoot”: gra przeznaczona dla drużyn snajperskich, polegająca na przemieszczaniu się na terenie obserwowanym przez wroga połączona z oddaniem strzałów „na sucho”.

kamuflaż: zaawansowane sposoby maskowania i wtapiania się w teren przy pomocy stroju maskującego, przenikanie na teren nieprzyjaciela, nauka wykonywania stroju maskującego ghillie oraz viper hood'a.

stalking dzienny oraz nocny: nauka przemieszczania się pod obserwacją z elementami zacierania śladów, wykorzystywanie kamuflażu oraz maskowania, a także unikania wrogich patroli.

survival: survival nocny, budowa schronienia tymczasowego, rozpalanie ogniska, nauka przygotowywania posiłków w warunkach polowych.

walka wręcz: pokazy i ćwiczenia walki gumowymi atrapami broni (noże, pistolety, karabiny), nauka podstawowych zasad samoobrony, odbieranie broni przeciwnikowi i zasady poruszania się w walce.

zajęcia snajperskie: przenikanie, stalking, kim's game, prowadzenie obserwacji, wykonywanie szkieł oraz składanie raportów, mind games - nauka prowadzenia walki psychologicznej z wrogiem.

ratownictwo (TCCC): samopomoc na polu walki, wykorzystywanie opatrunków wojskowych, zasady działania w strefach ognio- wych, wzywanie ewakuacji, porównanie działań na polu walki do ratownictwa cywilnego.

taktyka: przemieszczanie się i wytyczanie drogi w terenie leśnym, przygotowanie zasadki, wycofanie się i kluczenie, wyprowadzanie ataków pozoracyjnych, walka metodą hit&run, działania na wypadek kontaktu z nieprzyjacielem - opóźnianie i blokowanie.

zajęcia strzeleckie: strzelanie z elementami stresu, ćwiczenie odpowiedniej pozycji strzeleckiej, strzelanie do celu stałego i poruszającego się, trening strzelecki sił specjalnych metodą „MOZAMBIK”, strzelanie wzrokowo-pamięciowe z zawiązanymi oczami, zmiana pozycji strzeleckiej, wymiana magazynków.

pojazd uzbrojony: ostrzał snajperski do celów mobilnych, nauka ochrony oraz rozbijania kolumny zmechanizowanej i patroli łącz- nych, przygotowanie oraz przeprowadzenie zasadki na konwój.

„Na Lini Strzału”: zmagania snajperskie sprawdzające umiejętności nabyte podczas obozu; obserwacja, dywersja i infiltracja oddziałów wroga, zadania z tematu TCCC oraz Medevac, organizowanie zasadzek, patrole, zdobywanie informacji i przenikanie (stalking); wykorzystanie pozyskanej wiedzy z zakresu SERE.

zajęcia sprawnościowe: zaprawy poranne, musztra, nocne i dzienne marszobiegi, zajęcia na basenie, w morzu i na plaży.

„Bądź gotów”: szkolenie postępowania podczas klęsk żywiołowych, blackout-u, działań wojennych, znalezienia się w sytuacjach i miejscach niebezpiecznych (wyposażenie „Plecka Alarmowego”, zasada „Szarego Człowieka”, przygotowanie i przechowywanie zapasów, łączność i sygnalizacja alarmowa, sygnały powszechnego ostrzegania).

ogniska, plażowanie i kąpiele: strzeżone kąpielisko nad morzem i przy odkrytym basenie kąpielowym na terenie ośrodka.



Przez cały obóz uczestnicy wykonywać będą zadania w dwuosobowych drużynach snajperskich rywalizujących ze sobą.

Mile widziani uczestnicy obozów militarnych, paintballo- wych i ASG z lat poprzednich. Wskazana sprawność fizyczna i kondycja.

kod imprezy: MRZE	FIRST MINUTE
Cena podstawowa	
Turnus I - V	3.849 zł
	3.349 zł

- First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- zniżki - patrz str. 3



„COMBAT PLATOON”

OBÓZ MILITARNY ASG • 12-15 / 15-18 LAT

Program:

pluton: program obozu oparty o działanie średniej formacji bojowej - plutonu; uczestnikom zostaną przydzielone określone funkcje w oddziale: dowódca drużyny, zwiadowca, medyk, snajper, radio-telefonista, saper, celowniczy karabinu maszynowego; poznają oni arkana działania plutonu z różnych armii świata, ich sposoby walki i przemieszczania się; cały czas będą ćwiczyli zgranie drużyn, mobilność w przemieszczaniu się i wykonywanie określonych zadań; duża część scenariuszy i gier odbywać się będzie wspólnie z uczestnikami innych obozów militarnych.



Air Soft Gun: zajęcia z użyciem broni skonstruowanej w celu realnego odwzorowania pola walki (repliki broni ASG to wierne kopie oryginałów, pod względem wielkości, szczegółów i ciężaru). Pozwala to ćwiczyć taktykę walki w warunkach będących wiernym odwzorowaniem prawdziwych działań wojennych; nauka obsługi krótkiej i długiej broni ASG; na czas zajęć uczestnicy dostaną replikę ASG (M4/AK), wyposażenie taktyczne, okulary lub gogle oraz maskę ochronną.

B.L.O.S.: (broń, lufa, otoczenie, spust) - nauka bezpiecznej obsługi broni podczas rozgrywek ASG; wyrobienie niezbędnych, prawidłowych nawyków; omówienie warunków bezpieczeństwa podczas gier.

SERE i survival: terenoznawstwo i nawigacja, praca z mapą i kompasem; określanie azymutu, odczytywanie współrzędnych na mapie; sztuka przetrwania i radzenia sobie w niesprzyjających warunkach (pozyskiwanie ognia, filtracja wody, budowa bezpiecznego schronienia, przenikanie oraz maskowanie własnej bytności na terenie wroga).

czarna taktyka: zajęcia prowadzone w instalacji imitującej budynek – typu „killhouse”: sposoby wejścia do budynków całym oddziałem lub dwójkami, „czyszczenie pomieszczeń”, eliminacja przeciwnika, odbijanie zakładników, ewakuacja rannych, negocjacje z terrorystami; podczas zajęć będą używane środki pirotechniczne.

zajęcia taktyczne: działania w terenie niezurbanizowanym, obserwacja i patrolowanie obszaru, szyki bojowe i marszowe, bezszelestne poruszanie się w lesie; poruszanie się w warunkach bojowych, ubezpieczanie partnerów podczas wykonywania zadań, komunikacja niewerbalna między partnerami i sekcjami bojowymi, sygnały dowodzenia i sygnały umowne; część zajęć prowadzona będzie nocą.

kod imprezy: MRZE	FIRST MINUTE
Cena podstawowa	
Turnus I - V	3.799 zł
	3.299 zł

- First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- zniżki - patrz str. 3

strzelanie dynamiczne z broni krótkiej: strzelanie sytuacyjne oraz dynamiczne ze zmianą pozycji i magazynków, ocena sytuacji przed oddaniem strzału, pokonanie samodzielnie i zespołowo toru strzeleckiego, podejmowanie decyzji pod wpływem stresu, oddawanie strzałów samoczynowych, precyzyjnych oraz ostrzał zaporowy, trening strzelecki z użyciem repliki pistoletu **WALTER P99**.

walka wręcz: kontrola dystansu, postawa i garda oraz poruszanie się w walce, mowa ciała, wyprowadzanie uderzeń pięścią oraz kopnięć, a także ich unikanie i blokowanie, uwalnianie z duszenia i chwytów, walka w parterze, chwyt, podcinanie przeciwnika i sprowadzanie do parteru, walka z przeciwnikiem uzbrojonym w pistolet, nóż lub inne niebezpieczne narzędzie, ćwiczenia z gumowymi atrapami broni, techniki stosowane przez siły specjalne.

taktyka czerwona: ratownictwo pola walki oparte na wojskowym szkoleniu TC3, pomoc w warunkach stresu, transport rannego pod ostrzałem do miejsca ewakuacji, tamowanie krwotoków, resuscytacja krążeniowo-oddechowa, sposoby przenoszenia i ewakuacji poszkodowanego; meldunek MEDEVAC - czyli symulacja wezwania śmigłowca ratunkowego.

selekcja: blok programowy, w którym uczestnicy zostaną poddani testom sprawności fizycznej oraz sprawdzone zostaną umiejętności zapamiętywania, kojarzenia faktów, spostrzegawczość i praca w zespole; test wzorowany na selekcji do jednostek specjalnych w polskiej armii.

„Stara Rega”: 24 godzinna misja, podczas której uczestnicy obozu wykorzystają wszystkie wcześniej zdobyte umiejętności (bytowanie w terenie przygodnym, rozpoznanie terenu, przemarsz do wyznaczonych punktów, symulacja potyczki ASG, nocne działania taktyczne, przeprawy przez rzekę).



zajęcia sprawnościowe: codzienne zaprawy, ćwiczenia na pasie taktycznym, musztra, zajęcia na siłowni, drużynowy trening sprawnościowy.

ogniska, plażowanie i kąpiele: strzeżone kąpielisko nad morzem i odkryty basen kąpielowy na terenie ośrodka.

Od uczestników oczekiwana jest wytrzymałość i kondycja - większa, niż na innych obozach intensywność zajęć.

„SPECIAL OPERATION FORCE”

OBOZ MILITARNY ASG • 13-15 / 15-18 LAT



Program:

trening drużynowy: marsze z elementami taktyki, treningi kondycyjne na plaży, w morzu i basenie, utrzymanie dyscypliny w oddziale, musztra, ćwiczenia poprawiające współpracę w drużynie, techniki oddziałów specjalnych na obcym terenie.

strzelectwo: podstawy obsługi broni; nauka zasad bezpieczeństwa B.L.O.S. (broń, lufa, otoczenie, spust), czynności manualne i strzał, podstawy i przemieszczanie się z bronią, strzelnica statyczna i dynamiczna, trening snajperski wraz z technikami maskowania, strzelanie dynamiczne ze zmianą rodzaju broni.



taktyka: działanie drużyny w terenie leśnym; szyki patrolowe, komunikacja radiowa oraz niewerbalna, przekraczanie przestrzeni otwartej oraz dróg, drużyna w natarciu i obronie, zasadzka, napad, rajd.

zwiad: prowadzenie działań rozpoznawczych w terenie leśnym; wybór, zajęcie i urządzenie stanowiska obserwacyjnego, nauka pozyskiwania i przekazywania kluczowych informacji, maskowanie.

scenariusze bojowe: seria zadań i starć z wykorzystaniem replik ASG; rozpoznanie bojem, zdobywanie/obrona pozycji umocnionych, niszczenie stanowisk ogniowych, rozbijanie wrogich kolumn wojska, działania zaczepne oraz obronne, ćwiczenie działań skrytych.

Milsim ASG: scenariusz stanowiący odwzorowanie realnej operacji wojskowej z wykorzystaniem map, przygotowanych baz, umocnień i posterunków; w trakcie rozgrywki zostaną wykorzystane repliki ASG, pirotechnika oraz system otrzymywania/opatrywania ran CCS; wykonywanie rozkazów bojowych, patrolowanie, obserwacja, obrona bazy, składanie meldunków, przejmowanie rejonów krytycznych, współpraca/walka z oddziałami innych obozów.



walka wręcz: techniki stosowane przez wojsko, prawidłowa postawa oraz garda, wyprowadzanie uderzeń i kopnięć oraz zakładanie chwytów, blokowanie i unikanie ciosów, walka z przeciwnikiem uzbrojonym (gumowe atrapy), podcinanie i sprowadzanie do parteru.

ratownictwo pola walki: prezentacja wojskowego wyposażenia medycznego, omówienie systemu TC3 (Tactical Combat Casualty Care), zachowanie i działania podejmowane według określonych stref, nauka zakładania opatrunków indywidualnych oraz opasek zaciskowych, transport rannego, meldunek Medevac; scenariusze z wykorzystaniem sztucznych ran, kończyn, krwi oraz pirotechniki.



S.E.R.E.: survival militarny, przetrwanie za linią wroga, nawigacja w terenie w dzień oraz nocą, założenie i zamaskowanie obozowiska, zacieranie śladów bytowania, obserwacja i działania partyzanckie, przenoszenie obozowiska, unikanie wykrycia, kamuflaż indywidualny, postępowanie w chwili pojmania, uwalnianie z więzów, opór psychologiczny, walka ze zmęczeniem, ucieczka i ewakuacja (E&E).

„Misja Specjalna”: 24 godzinna operacja - marsz na orientację z zadaniami, przeprawa przez tereny podmokłe oraz pokonywanie niewielkich akwenów wodnych, założenie obozowiska, infiltracja obozu wroga, gromadzenie informacji, przejmowanie zrzutów, sprawdzenie nabytych przez uczestników umiejętności.

„Bądź gotów”: szkolenie postępowania podczas klęsk żywiołowych, blackout-u, działań wojennych, znalezienia się w sytuacjach i miejscach niebezpiecznych (wyposażenie „Plecka Alarmowego”, zasada „Szarego Człowieka”, przygotowanie i przechowywanie zapasów, łączność i sygnalizacja alarmowa, sygnały powszechnego ostrzegania).

ogniska, plażowanie i kąpiele: strzeżone kąpielisko nad morzem i odkryty basen kąpielowy na terenie ośrodka.

Program wzorowany jest na technikach szkoleniowych wojsk i jednostek specjalnych. Zalecana dobra kondycja fizyczna i umiejętność pracy w zespole.

kod imprezy: MRZE		FIRST MINUTE
Cena podstawowa		
Turnus I - V	3.849 zł	3.349 zł

- First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- zniżki - patrz str. 3



„COUNTER STRIKE”

OBÓZ FABULARNY ASG • 10-14 / 14-18 LAT

Program:

fabula obozu: oparta na kultowej grze komputerowej - „Counter Strike”, w której uczestnicy podzieleni na zespoły - T (Terrorist) i CT (Counter Terrorist) rywalizują ze sobą w serii meczy. Cel zależny jest od mapy: podłożenie bomby, ratowanie lub utrzymanie zakładników, zabicie/obrona VIP'a, szturm na bazę lub eliminacja przeciwników.



Air Soft Gun: zajęcia z użyciem broni skonstruowanej w celu realnego odwzorowania pola walki (repliki broni ASG to wierne kopie oryginałów, pod względem wielkości, szczegółów i ciężaru).

scenariusze CS: uczestnicy wezmą udział w serii starć zaczynając od „nożówki”, w której będą walczyć ze sobą przy użyciu bezpiecznych noży-mazaków, a kończąc na scenariuszach z realistyczną, elektroniczną bombą, zakładnikami, VIP-em, rozgrywkach typu FFA i ESL.



new map: zajęcia inżynieryjne; budowa bazy, fortyfikacji i umocnień, wyznaczanie strefy „bomb site” oraz miejsca dla zakładników, wspólnie tworzenie nowej areny do rozgrywania scenariuszy ASG.

operacje specjalne: szereg gier i zadań specjalnych wykonywanych we współpracy lub walce z innymi obozami militarnymi, przygotowanych zgodnie z fabułą gry i rozgrywanych w trakcie całego obozu (infiltracja, dywersja, zakładanie i rozbrajanie ładunków, zadania zwiadowcze).

kod imprezy: MRZE	FIRST MINUTE	
Cena podstawowa		
Turnus I - V	3.799 zł	3.299 zł

• First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)

• zniżki - patrz str. 3



rangi CS: wyniki uzyskane przez uczestnika podczas scenariuszy z użyciem replik ASG, zajęć z survivalu, czy ratownictwa pola walki będą sumowane, a skutkiem będzie nadanie każdemu odpowiedniej rangi, poczynając od „silver I”, a kończąc na upragnionej „global elite”.

zbrojownia: do dyspozycji uczestników będą udostępnione różnego rodzaju modele replik ASG. Dzięki uzyskanym w trakcie zadań i gier Rangom będą mogli oni używać coraz lepszych replik w kolejnych rozgrywkach. W zbrojowni czekają na nich: pistolety (Beretta, Glock, Colt), pistolety maszynowe (MP 5, P 90, UMP 45), karabinki szturmowe (AK, M4, MK47, M16), snajperki (AWP, Autocampa) oraz strzelby - shotguny.



sztuka przetrwania: bytowanie w lesie, pozyskiwanie i uzdatnianie wody do picia, rozpalanie ognia różnymi metodami, budowa schronienia, pierwsza pomoc na polu walki z wykorzystaniem pirotechniki oraz sztucznej krwi, kamuflaż osobisty i maskowanie.

zajęcia militarne: prowadzenie walk w terenie nieurbanizowanym, szyki patrolowe i marszowe, nauka cichego przemieszczania się w terenach zalesionych, ochrona perymetrów, nacieranie i obrona.

trening strzelecki: strzelanie dynamiczne do tarcz przy użyciu broni ASG; strzelanie z różnych pozycji, zza przeszkód i z ruchomego pojazdu.

zajęcia sprawnościowe: zaprawy poranne, musztra, biegi sprawnościowe i zajęcia na basenie.

ogniska, plażowanie i kąpiele: strzeżone kąpielisko nad morzem i odkryty basen na terenie ośrodka.

Obóz dla miłośników gier komputerowych z poczuciem humoru, którzy będą teraz mogli po raz pierwszy sami „w realu” stworzyć własną wersję gry „Counter Strike”.

DĄBKI WYBRZEŻE BAŁTYKU



Ośrodek Wypoczynkowy „CARBO”

ul. Dąbkowska 8, 76-156 Dąbki

położony w Dąbkach - spokojnej, nadmorskiej miejscowości rozciągającej się pomiędzy Jeziorem Bukowo, a wybrzeżem Bałtyku; ogrodzony i oświetlony teren ośrodka graniczy bezpośrednio z obszarami leśnymi Mierzei Bukowskiej i jest oddalony zaledwie o ok. 100 m od nadmorskiej plaży i ok. 50 m od brzegu Jeziora Bukowo. Ośrodek składa się z 2 pawilonów hotelowych, 3 kondygnacyjnych oraz budynku głównego, w którym mieści się jadalnia, sala dyskotekowa, słoneczny taras, sala telewizyjno - taneczna, bilard i tenis stołowy. Uczestnicy zakwaterowani będą w pokojach 2 i 3 osobowych oraz typu studio 2+2, 2+3 i 3+3 osobowych (możliwe łóżka piętrowe) z łazienkami (umywalka, natrysk, WC) i balkonami. Ponadto do dyspozycji obozowiczów: boisko do siatkówki, koszykówki i piłki nożnej, plac zabaw, plenerowa siłownia, miejsca na ogniska, a w budynkach hotelowych - 4 salki telewizyjne i do tenisa stołowego.



Świadczenia:

zakwaterowanie: 9 noclegów, **wyżywienie:** 3 x dziennie + podwieczorek (od kolacji w dniu przyjazdu do śniadania w dniu wyjazdu + suchy prowiant na drogę powrotną) - śniadania i kolacje w formie bufetu, opieka pedagogiczna, instruktorska i medyczna, realizacja programu, nagrody i pamiątki, dojazdy lokalne, ubezpieczenie NNW (50.000 zł) Signal Iduna SA. **Kadra:** ratownicy wodni, instruktorzy: tańca, windsurfingu, survivalu, pierwszej pomocy, paintballa, fitness i strzelectwa sportowego.

Turnusy:

I • 29.06-08.07.2026	IV • 29.07-07.08.2026
II • 09.07-18.07.2026	V • 08.08-17.08.2026
III • 19.07-28.07.2026	VI • 18.08-27.08.2026

Obozy i wiek uczestników:

„Muzyczne BIT-y”	10 - 14 lat i 14 - 18 lat	str. 18
„Zakręcone Aqua Wakacje”	10 - 14 lat i 14 - 18 lat	str. 19
„Misja Specjalna”	10 - 14 lat i 14 - 18 lat	str. 20
„Przygoda na Fali”	10 - 14 lat i 14 - 18 lat	str. 21
„W Krainie Mangi i Samurajów”	12 - 15 lat i 15 - 18 lat	str. 22
„Wakacyjny Luzik”	10 - 14 lat i 14 - 18 lat	str. 23



Wymagany ekwipunek:

mały plecak, karimat, ciepły sweter lub polar, dres sportowy, kurtka przeciwdeszczowa, buty turystyczne, latarka z zapasem baterii, letrie nakrycie głowy, okulary słoneczne, krem ochronny z filtrem UV, ręcznik, spray przeciw komarom, strój kąpielowy; uczestnicy obozu „**Misja Specjalna**” dodatkowo: śpiwór, szczyrki, odzież i buty do chodzenia w wodzie, po lesie i mokradłach - niedrogie rzeczy mogące ulec zniszczeniu; **mile widziane:** odzież moro, instrumenty muzyczne.

Uwagi:

- **Ceny** na stronie z opisem każdego obozu; **promocje** - str. 3.
- **Oplaty za transport**, rozkład jazdy i lista przystanków - str. 31.
- **Ze względu na warunki atmosferyczne i stan psychofizyczny większość uczestników program może ulec zmianie.**
- Zajęcia odbywać się będą z zastosowaniem niezbędnych elementów zapewniających bezpieczeństwo (ubrania piankowe, kaski, kamizelki asekuracyjne, maski ochronne, mundury, rękawice).
- Możliwość dokupienia dodatkowych zajęć (opłata na miejscu): **bumperballe** - 35 zł/2 godz.; **archery** - 30 zł/2 godz.; **paintball laserowy** - 35 zł/2 godz.; **paintball** - 50zł/100 kul; **banan wodny** - 50 zł; **sztuczna ścianka wspinaczkowa** - 20 zł; **park linowy** - 35 zł/1 trasa.
- Jeżeli **dziecko przyjmuje leki**, prosimy o zaopatrzenie uczestnika w te leki i kartkę z informacją od lekarza o ich dawkowaniu. Uczestnik po przyjeździe musi przekazać leki z informacją kierownikowi.
- Możliwość **specjalnych diet** jedynie po wcześniejszym zgłoszeniu (21 dni przed obozem) i po uzyskaniu zgody organizatora (płatne dodatkowo).
- Od każdego uczestnika pierwszego dnia pobytu pobierzemy **kaucję w wysokości 50 zł** na pokrycie ewentualnych strat spowodowanych przez niego w sprzęcie lub w wyposażeniu ośrodka. Jeśli takich strat nie będzie - kaucję w całości oddamy w dniu wyjazdu.
- Każdy uczestnik otrzyma na własność **bidon na wodę**.
- **Podział na grupy wiekowe** będzie realizowany przy **minimum 10 osobach** w danym przedziale wiekowym.
- **Przyjazd indywidualny w dniu rozpoczęcia od godziny 18:00, a wyjazd w dniu zakończenia do godziny 8:00.**





„MUZYCZNE BITY”

OBOZ TANECZNY Z ELEMENTAMI FITNESS • 10-14 / 14-18 LAT

Program:

zajęcia taneczne i fitnessowe: odbywać się będą codziennie i będą dostosowane do poziomu grupy. Treningi obejmować będą różne style tańca oraz fitness, aby każdy mógł je poznać i pogłębić swoje umiejętności w tych, które, go najbardziej interesują; grupa wspólnie z instruktorem przygotuje choreografię dostosowaną do jej poziomu i umiejętności, którą zaprezentuje na koniec obozu lub zostanie ona zarejestrowana w formie video.

ZAJĘCIA TANECZNE

Dancehall: styl tańca wywodzący się z lat 60-tych XX wieku z Jamajki. Swoją nazwę wziął od miejsca - wielkiej hali, na której Jamajczycy spotykali się, by wspólnie potaćczyć. Kroki taneczne opierają się na odzwierciedlaniu codziennych czynności takich jak np. mycie okien czy zamiatanie podłogi. Efekt wizualny dancehall wzbudza zachwyt i przyprawia obserwatorów o dreszcze. Tańiec jest bardzo szybki i żywy.



Hip hop: to jedna z dziedzin artystycznych kultury hip hopu, która stale rozwija się i cieszy się coraz większym zainteresowaniem. Czerpie on inspirację ruchowe, zarówno z ulicy, jak i klasycznych elementów tańca stwarzając w ten sposób nieograniczone możliwości taneczne oraz nowatorskie rozwiązania choreograficzne. Nauka hip hopu pod okiem profesjonalnych tancerzy stwarza uczestnikom obozu możliwość indywidualnego rozwoju w tańcu, wyrażenia siebie za pomocą tańca, wyzwolenia masy pozytywnej energii.

ZAJĘCIA FITNESS

Step trening: zajęcia o wysokiej intensywności z wykorzystaniem stepów; zawierają taneczne układy choreograficzne mające na celu redukcję tkanki tłuszczowej, a przede wszystkim zwiększenie wytrzymałości organizmu; główny nacisk położony jest na mięśnie ud i łydek; metodyka prowadzenia zajęć będzie dostosowana do każdego uczestnika.

trening po zmkroku: ćwiczenia z obciążeniem własnego ciała lub użyciem przyrządów fitness wykonywane poza ośrodkiem „CARBO” na terenie Dąbek.

kod imprezy: DABK	FIRST MINUTE
Cena podstawowa	
Turnus I - VI	3.549 zł
	3.049 zł

- First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- zniżki - patrz str. 3



TBC, BPU w formie treningu obwodowego: ćwiczenia wzmacniające i kształtujące całe ciało, wykonywane w rytm muzyki, ale bez choreografii; podczas zajęć wykorzystywane będą różne akcesoria (piłki, hantle, maty, taśmy oporowe). Ćwiczenia będą wykonywane na kolejno przygotowanych stacjach, aby każdy z uczestników miał możliwość wypróbowania wszystkich przyrządów.

Stretching i relaksacja: nad brzegiem morza lub jeziora.

Ponadto:

- dodatkowe zajęcia taneczne zgodnie z oczekiwaniami zgłaszanymi przez uczestników obozu,
- możliwość indywidualnych konsultacji z instruktorem zgodnie z zainteresowaniem daną techniką,
- projektowanie: własnej koszulki taneczno-fitnessowej.

zajęcia sprawnościowe: triline (chodzenie i akrobatyczne ewolucje na taśmie), zabawy w „Mega Topór” i „Mega Piłki”, wodna bitwa balonowa z użyciem „Mega Procy”, skoki na wodnej trampolinie, pływanie na deskach SUP.

I pomoc: rozpoznawanie sytuacji zagrożenia życia, ocena obrażeń poszkodowanego, wzywanie pomocy, zabezpieczenie miejsca wypadku, tamowanie krwotoków i opatrywanie ran, transport rannego.

wycieczki rowerowe: szlakami leśnymi tej części polskiego wybrzeża.

sport i rekreacja: „wieczór filmowy”, turniej gier planszowych, dart, siatkówka plażowa, koszykówka, piłka nożna i tenis stołowy.

„Holi Day”: obrzucanie się bezpiecznymi, kolorowymi proszkami.

ogniska: z pieczeniem kielbasy.

plażowanie i kąpiele: w morzu oraz jeziorze (pod opieką ratowników wodnych).

Oboz nie tylko dla dziewczyn, lecz dla wszystkich, którzy chcą rewelacyjnie wyglądać i zrobić to w sposób ciekawy i nietuzinkowy. Wskazane jest zabranie spodni i bluz dresowych, hawelfnianych koszulek, obuwia sportowego typu adidas lub trampki. Mile widziane jest, gdy uczestnicy zabiorą ze sobą także własne akcesoria i przyrządy fitness oraz ochraniacze na kolana.

„ZAKRĘCONE AQUA WAKACJE”

WODNY OBOZ ODLOTOWY • 10-14 / 14-18 LAT



Program:

„Mix water” (3 z 4 atrakcji w zależności od pogody): SUP – nauka wiosłowania, utrzymywania równowagi i manewrów oraz rywalizacja na deskach SUP. Skimboard – ślizganie się na specjalnym torze wodnym, nauka podstaw manewrów i ślizgów. Windsurfing – zapoznanie się z tą dyscypliną, ćwiczenie utrzymywania równowagi, próby podstawowych manewrów. Kajakarstwo – nauka manewrowania, wycieczka po jeziorze, slalom i pływanie precyzyjne.

strzelanie: z broni pneumatycznej, luków i proc do tarcz i celów improwizowanych; pojedynki indywidualne i zespołowe z użyciem karabinów i pistoletów na wodę.



„Multisport”: trampoline – chodzenie po taśmie, wyścigi zespołowe na nartach wieloosobowych, szczudlach i w workach, pojedynki na gąbkowe miecze, gry zręcznościowe „Mega Jenga”, „Mega Topór” i „Mega Piłki”, wycieczki rowerowe.

„Dzień Świra”: alarmologia, wykonywanie zadań w 3-osobowych „Spodniach Clowna”, zwiariowane happeningi, maskowanie się w lesie, tworzenie gigantycznych baniek mydlanych, „zamykanie” osób w bańce oraz robienie slimów, gniotek, domowej piankoliny, tworzenie brokatowych tatuaży, malowanie obrazów na foliach stretch, szyfrowanie i rozszyfrowywanie wiadomości.

wodna pomoc przedmedyczna: nauka technik ratownictwa wodnego, umiejętności ratowniczych z użyciem podręcznego sprzętu ratunkowego (korzystanie z rzutek asekuracyjnych i bojek ratunkowych) oraz udzielania pierwszej pomocy w wypadkach na wodzie, doskonalenie umiejętności w symulowanych akcjach ratunkowych.

podstawy nawigacji: odnajdywanie północnego kierunku różnymi metodami, nauka posługiwania się busolą, „czytanie mapy”, sygnalizacja i komunikowanie się na wodzie.

„Wodne wariactwa”: turniej skoków na wodnej trampolinie, rywalizacja w konkurencjach sprawnościowych na dętkach, przeciąganie liny w wodzie, bieg po deskach styropianowych, pływanie na deskach SUP, zabawy na deskach BODY BOARD, rozgrywki w piłkę wodną, baloniady na plaży i wodne tory przeszkód.

„Zakręcone przekąski”: samodzielne robienie lemoniady i szaszłyków owocowych.

karnawał kolorów (Holi Day): obrzucanie się bezpiecznymi, kolorowymi proszkami, a potem fantastyczne zdjęcia.



„Zakręcony Hokej”: zwiariowane mecze, gdzie kijami hokejowymi są szczotki do zamiatania, a taflą lodową olbrzymia folia pokryta pianą.

poszukiwania: artefaktów, napojów w puszkach i słodyczy za pomocą elektronicznych wykrywaczy metali.

„Wodne bitwy balonowe”: rywalizacja drużynowa z użyciem „Mega Procy” na balonowe, wodne pociski (zabawa wymagająca zręczności i współpracy w zespole).

„Po Nitce do Kłębka”: miejska gra terenowa na orientację; uczestnicy w małych grupach będą wykonywać zwiariowane zadania i zaliczać kolejne punkty, by otrzymać informację o ukrytym „skarbie” - niespodziance; wygra drużyna, która będzie komunikatywna, odważna i bardzo kreatywna w wykonywaniu „postrzelonych zadań”.

wakacyjne kino letnie i wieczór planszówek.

ogniska, plażowanie i kąpiele: (pod opieką ratowników wodnych).

Niezbędne zabranie butów z miękką, gumową podeszwą do zajęć na desce (typu trampki).

Wszystkie zajęcia odbywać się będą pod opieką wychowawców, instruktorów poszczególnych form aktywności wodnej i ratowników wodnych.

Oboz polecany dla aktywnych, lubiących wodę i zwiariowane pomysły.

Każdy uczestnik otrzyma „Zakręcony Medal”.



kod imprezy: DABK	FIRST MINUTE	
Cena podstawowa		
Turnus I - VI	3.549 zł	3.049 zł
• First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)		
• zniżki - patrz str. 3		



„MISJA SPECJALNA”

OBÓZ PAINTBALLOWY Z ELEMENTAMI SURVIVALU

• 10-14 / 14-18 LAT

Program:

pole paintballowe: szybkie, dynamiczne rozgrywki paintballowe („Eskorta VIP-a”, „Zdobycie bazy wroga”, „Capture the flag”) w parach i drużynach na specjalnie przygotowanym polu.

woodsball: szereg gier leśnych o różnorodnych scenariuszach militarnych i nie tylko („Team deadmatch”, „Obrona fortu”, „Zasadzka”, „Sabotaż”, „Ostateczna zagłada”, „Walka o rzut”, „Zombieland”).

speedball: niezwykle dynamiczne rozgrywki na małym terenie z dmuchanymi przeszkodami, gry w grupach 2, 3 i 5 osobowych; zajęcia poprzedzi omówienie taktyki dostosowanej do wielkości grup i fabuły rozgrywki.

Każdy uczestnik dostanie na czas zajęć marker paintballowy, mundur, maskę oraz kamizelkę ochronną; **przez cały obóz ma do dyspozycji 500 kul** (możliwość dokupienie dalszych).



zajęcia militarne: niewidoczne poruszanie się za linią wroga, obserwacja obiektów i zbieranie informacji o polu walki, bezgłośnie poruszanie się w nocy, maskowanie i kamuflaż, rozminowywanie terenu (atrapy min) za pomocą wykrywacza metalu i macek saperskich, komunikowanie się gestami na polu walki; część zajęć będą urealniać efekty pirotechniczne.

paintball laserowy (Laser Tag): symulacja pola walki z wykorzystaniem wojskowych, elektronicznych symulatorów broni używanych m.in. przez GROM i Formożę; realizacja kilku scenariuszy urealnionych dodatkowo efektami pirotechnicznymi.

survival: nauka przetrwania w trudnych warunkach: budowa tratw i przemywania na dętkach, pozyskiwanie i uzdatnianie wody do picia, budowa obozowisk, rozpalać ognia różnymi metodami, nocleg w szalasach, biwak w lesie, typy ognisk, gaszenie i kamuflaż ogniska, samodzielne przygotowywanie posiłków na biwakach.

I pomoc: szkolenie ze wstępnej pomocy przedmedycznej, rozpoznawanie sytuacji zagrożenia życia, ocena obrażeń poszkodowanego, ćwiczenie wzywania pomocy, zabezpieczanie miejsca wypadku, tamowanie krwotoków i opatrywanie ran, transport rannego w trudnych warunkach terenowych, symulacja akcji ratowniczych.

kod imprezy: DABK	FIRST MINUTE
Cena podstawowa	
Turnus I - VI	3.699 zł
	3.199 zł

- **First Minute** - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- **zniżki** - patrz str. 3



orientering: wędrowki na orientację, nocne wyprawy, sporządzanie i „czytanie mapy”, znaki taktyczne, posługiwanie się busolą, odnajdywanie północnego kierunku z układu gwiazd i innymi metodami, ustalanie najkrótszej drogi do celu, wyznaczanie azymutów.

strzelectwo: strzelanie z luków i proc oraz krótkiej i długiej broni pneumatycznej do tarcz i celów ruchomych.

zajęcia sprawnościowe: pływanie na deskach SUP, zabawy w „Mega Topór” i „Mega Piłki”, wodna bitwa balonowa z użyciem „Mega Procy”.



„Misja Specjalna”: nocny biwak w lesie (budowa schronienia, zarządzanie posiłków na ognisku, maskowanie broni i kamuflaż sylwetki).

ogniska, plażowanie i kąpiele: (pod opieką ratowników wodnych).

Obóz polecamy entuzjastom paintballa, którzy chcą sprawdzić się w różnych formach tej zabawy i spróbować sił w survivalu i zajęciach militarnych.

Każdy uczestnik otrzyma chustę typu buff.



„PRZYGODA NA FALI”

OBOZ WINDSURFINGOWY • 10-14 / 14-18 LAT



Program:

windsurfing: nauka lub doskonalenie żeglowania na desce windsurfingowej – program szkoleniowy (10 zajęć po 1,5 godziny) z instruktorem. Szkolenie obejmuje początkowo: zasady bezpieczeństwa na wodzie, budowę i eksploatację sprzętu windsurfingowego, zasady żeglowania, różne wiatry, zajęcia równoważne na deskach. Następnie: nauka żeglowania i podstawy manewrów (zwrot z wiatrem, zwrot pod wiatr, ostrzenie, pływanie na zadanym kursie, spływanie do bazy bez wiatru). Na koniec: start z „plaży”, pływanie z trapezem, próby pływania ślizgowego. Zajęcia zakończą zawody windsurfingowe.



zajęcia: szkolenie odbywa się na Jeziorze Bukowo w grupach (6 - 10 osobowych), prowadzonych przez instruktorów windsurfingu. Akwen ten charakteryzuje się łagodnie opadającym dnem. Maksymalna głębokość jeziora to 2,5 m. Bliskie sąsiedztwo Bałtyku (150 m) gwarantuje częsty, równy wiatr. W przypadku warunków atmosferycznych uniemożliwiających zajęcia lub zagrażających zdrowiu uczestników przeprowadzone będą alternatywne zajęcia na lądzie lub w wodzie (na kajakach, deskach SUP, skimboardach i innych).

sprzęt: na czas szkolenia uczestnicy dostają komplety windsurfingowe dostosowane do ich umiejętności, wieku i warunków pogodowych (deski firm: FANATIC i RRD, żagle: SEVERN, RDD i TIKI), cały czas mają na sobie certyfikowane kamizelki asekuracyjne, ubrania piankowe i są stale asekurowani przez ratownika wodnego w łodzi motorowej.

zawody strzeleckie: z użyciem długiej i krótkiej broni pneumatycznej.



podstawy nawigacji: odnajdywanie północnego kierunku różnymi metodami, nauka posługiwania się busolą, „czytanie mapy”, sygnalizacja i komunikowanie się na wodzie.

wodna pomoc przedmedyczna: nauka technik ratownictwa wodnego, umiejętności ratowniczych z użyciem podręcznego sprzętu ratunkowego (korzystanie z rzutek asekuracyjnych i bojek ratunkowych) oraz udzielania pierwszej pomocy w wypadkach na wodzie, doskonalenie umiejętności w symulowanych akcjach ratunkowych.

zajęcia sprawnościowe: zabawy w „Mega Topór” i „Mega Piłki”, potyczki na balony z wodą z użyciem „Mega Procy”, pływanie na deskach BODY BOARD i SUP, skoki na wodnej trampolinie.



„Holi Day” (karnawał kolorów): obrzucanie się bezpiecznymi, kolorowymi proszkami zakończone sesją fotograficzną.

zajęcia rekreacyjno-sportowe: piłka siatkowa, nożna, olimpiada wodna, przeciąganie liny, turniej piłki wodnej, zawody, podchody.

ogniska, plażowanie i kąpiele: (pod opieką ratowników wodnych).

Niezbędne zabranie butów z miękką, gumową podeszwą (typu trampki) oraz czapek neoprenowych do zajęć na desce.

Wymagana jest umiejętność pływania.

kod imprezy: DABK	FIRST MINUTE	
Cena podstawowa		
Turnus I - VI	3.999 zł	3.499 zł

- First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- zniżki - patrz str. 3



„W KRAJU MANGI I SAMURAJÓW”

OBOZ JAPONSKI • 12-15 / 15-18 LAT

Program:

anime i manga: oglądanie i dzielenie się z innymi uczestnikami swoimi ulubionymi tytułami; pełnometrażowe animacje studia Ghibli; zapoznanie z japońską kinematografią.



japaniada: konkursy wiedzy o kulturze Japonii, drużynowe quizy o postaciach z anime oraz openingach, wspólne słuchanie piosenek z anime.

hashi masters: trening posługiwania się pałeczkami na torze przeszkód.



teru teru bozu: tworzenie własnego amuletu dobrej pogody.

omamori: szycie własnego talizmanu przynoszącego szczęście (jedną z najpopularniejszych pamiątek przywożonych z Japonii).

kumihimo: wykonywanie tradycyjnych japońskich bransoletek na dysku kumihimo.

kod imprezy: DABK	FIRST MINUTE
Cena podstawowa	
Turnus I - VI	3.649 zł
	3.149 zł

- First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- zniżki - patrz str. 3

furoshiki: czyli tradycyjne chusty służące do pakowania prezentów; nauka podstawowych wiązań i sposobów pakowania prezentów w kolorowe chusty.

ścieżką gejsz w średniowiecznym Kioto: tradycje i obyczaje dawnej Japonii we współczesności; tradycyjne baśnie i opowieści o mitycznych stworzeniach, duchach i upiorkach w kulturze japońskiej; ceremonia parzenia herbaty matcha; japoński makijaż gejsz i makijaż teatralny; origami; rytmiczna konpira - zabawa gejsz; pokaz i nauka ubierania tradycyjnych japońskich strojów - kimono.

teach me sensei: nauka podstawowych zwrotów, pisanie własnego imienia po japońsku, shodo - zakrecona droga japońskiej kaligrafii.

zabierz mnie na matsuri: gry i zabawy popularne na japońskich festiwalach; wykonywanie własnego japońskiego wachlarza uchiwa; fukuwarai - noworoczna gra japońska; wykonywanie własnej chorągwi koinobori, kingyo sukui - wylawianie złotej rybki.



kąciak muzyczny: stwórzmy własną playlistę ulubionych piosenek z anime, j-popu i nie tylko; popołudnie z relaksacyjną muzyką z Japonii; pochwal się swoim ulubionym openingiem.

trening samuraja: walki wręcz w "Strojach Sumo"; rywalizacja w "Mega Topór", medytacja zen.

Japonia od kuchni: sencha, hojicha czy kocha? - japońska miłość do herbaty; obento, czyli przebojowa moda na własne lunchboxy w Japonii; onigiri - wspólne gotowanie najbardziej popularnej przekąski w Japonii.

relaks: „Holi Day” - obrzucanie się w bezpiecznych kolorowych proszkami, tworzenie gigantycznych baniek mydlanych; wykonywanie pamiątkowej torby na wszystkie „skarby” Japonii wykonane podczas obozu.

ogniska, plażowanie: wodna bitwa balonowa z użyciem "Mega Procy", skoki na wodnej trampolinie, pływanie na deskach SUP, kąpiele w zalewie i morzu (pod opieką ratowników wodnych).

Obóz, na którym poznasz w aktywny sposób pod opieką japońców pełną egzotyki i tajemniczości kulturę Japonii – Kraju Kwitnącej Wiśni.

„WAKACYJNY LUZIK”

OBÓZ CHILLOUT-OWY • 10-14 / 14-18 LAT



Program:

zajęcia integracyjne: wymagające bystrości umysłu, sprawności fizycznej i kreatywności, zajęcia zespalające grupę, umożliwiające nawiązanie więzi między uczestnikami i ułatwiające ich późniejszą współpracę.



elementy terenoznawstwa: „czytanie mapy”, nauka posługiwania się busolą, odnajdywanie północnego kierunku różnymi metodami, wykorzystanie nowoczesnych metod nawigacji, wędrowki na orientację, zaawansowane gry terenowe, sygnalizacja i komunikowanie się w terenie.

„Dąbkowska Olimpiada”: (na plaży, w lesie i na terenie ośrodka) - wyścigi w workach i na szczudłach, rywalizacja zespołów na nartach wieloosobowych, siatkówka plażowa, slalom na rowerze, turniej kosmetki, ringo i kregli, współzawodnictwo w 3-osobowych „Spodniach Clowna”, rywalizacja w „Mega Topór”, „Mega Piłki” i dart, potyczki na balony z wodą z użyciem „Mega Procy”.



triline: chodzenie i ewolucje na taśmie zawieszanej kilkadziesiąt centymetrów nad ziemią.

„Wodne Szaleństwo”: „Mokra Siatkówka”, zabawy na dętkach, przeciąganie liny w wodzie, pływanie na deskach SUP i skoki na wodnej trampolinie.



I pomoc: symulacja akcji ratunkowej na wodzie, konstruowanie noszy, udzielanie I pomocy oraz transport rannego w trudnych warunkach terenowych oraz w wodzie, gra samarytańska sprawdzająca zdobytą przez uczestników wiedzę.

gry i zabawy terenowe: „Pogoń”, „Poszukiwacze skarbów”, „Orientacja w królestwie”, „Światek”, „Zrywki” i gra zręcznościowa „Mega Jenga”, tworzenie gigantycznych mydlanych baniek oraz tworzenie obrazów na folii stretch.

„Holy Day” (karnawał kolorów): obrzucanie się bezpiecznymi, kolorowymi proszkami.



strzelectwo: z luków i proc oraz z krótkiej i długiej broni pneumatycznej do tarcz i celów improwizowanych.

„Super pamiątka”: projektowanie i ozdabianie własnego worka plażowego.

turnieje sportowe i wycieczki rowerowe: leśnymi drogami okolic Dąbek.

wieczór filmowy i turniej gier planszowych.

dyskoteki: z uczestnikami innych grup obozowych.

plażowanie i kąpiele: w morzu (pod opieką ratowników wodnych).

ogniska: z konkursami i pieczeniem kiełbasy.

kod imprezy: DABK	FIRST MINUTE	
Cena podstawowa		
Turnus I - VI	3.449 zł	2.949 zł
• First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)		
• zniżki - patrz str. 3		



MIELNO WYBRZEŻE BAŁTYKU

Ośrodek Wypoczynkowy „Słoneczny Brzeg”

ul. Słoneczna 5, 76-032 Mielno

położony w Mielnie – znanym, nadmorskim kurorcie usytuowanym na mierzei pomiędzy Morzem Bałtyckim, a Jeziorem Jamno; kilkuhektarowy, ogrodzony, zadrzewiony i oświetlony teren ośrodka oddalony jest ok. 200 m od brzegu jeziora i ok. 230 m od nadmorskiej plaży. Ośrodek składa się z 5 dwukondygnacyjnych pawilonów hotelowych oraz budynku głównego, w którym mieści się jadalnia, sala taneczna i salka dydaktyczna. Uczestnicy zakwaterowani będą w położonych wśród drzew pawilonach oddalonych od części wczasowej, w pokojach 2, 3 i 4 osobowych z łazienkami (umywalka, natrysk, WC); część pokoi z balkonami. Ponadto do dyspozycji obozowiczów: boisko do siatkówki, plac zabaw, wiatra grillowa i tenis stołowy.



Uwagi:

- **Ceny** na stronie z opisem każdego obozu; **promocje** - str. 3.
- **Oplaty za transport**, rozkład jazdy i lista przystanków - str. 31.
- **Ze względu na warunki atmosferyczne i stan psychofizyczny większości uczestników program może ulec zmianie.**
- Zajęcia odbywać się będą z zastosowaniem niezbędnych elementów zapewniających bezpieczeństwo (uprzącze i kaski alpinistyczne, kamizelki asekuracyjne, maski ochronne, mundury, rękawice).
- Możliwość dokupienia dodatkowych zajęć (opłata na miejscu): **paintball - 99 zł/200 kul; park linowy - 35 zł/1 trasa.**
- Jeżeli **dziecko przyjmuje leki**, prosimy o zaopatrzenie uczestnika w te leki i kartkę z informacją od lekarza o ich dawkowaniu. Uczestnik po przyjeździe musi przekazać leki z informacją kierownikowi.
- Możliwość **specjalnych diet** jedynie po wcześniejszym zgłoszeniu (21 dni przed obozem) i po uzyskaniu zgody organizatora (płatne dodatkowo).
- Od każdego uczestnika pierwszego dnia pobytu pobierzemy **kaucję w wysokości 50 zł** na pokrycie ewentualnych strat spowodowanych przez niego w sprzęcie lub w wyposażeniu ośrodka. Jeśli takich strat nie będzie - kaucję w całości oddamy w dniu wyjazdu.
- Każdy uczestnik otrzyma na własność **bidon na wodę.**
- **Podział na grupy wiekowe** będzie realizowany przy **minimum 10 osobach** w danym przedziale wiekowym.
- **Przyjazd indywidualny w dniu rozpoczęcia od godziny 18:00, a wyjazd w dniu zakończenia do godziny 8:00.**

Świadczenia:

zakwaterowanie: 9 noclegów, **wyżywienie:** 3 x dziennie + podwieczorek (od kolacji w dniu przyjazdu do śniadania w dniu wyjazdu + suchy prowiant na drogę powrotną) - śniadania i kolacje w formie bufetu, opieka pedagogiczna i instruktorska, realizacja programu, nagrody i pamiątki, dojazdy lokalne, ubezpieczenie NNW (50.000 zł) Signal Iduna SA. **Kadra:** ratownicy wodni, instruktorzy: paintballa, wspinaczki i strzelectwa sportowego.

Turnusy:

- | | |
|------------------------|-----------------------|
| I • 29.06-08.07.2026 | IV • 29.07-07.08.2026 |
| II • 09.07-18.07.2026 | V • 08.08-17.08.2026 |
| III • 19.07-28.07.2026 | |

Obozy i wiek uczestników:

„Summer Party”	14 - 17 lat	str. 25
„Wakacyjna Misja”	8 - 13 lat	str. 26

Wymagany ekwipunek:

mały plecak, karimat, ciepły sweter lub polar, dres sportowy, kurtka przeciwdeszczowa, buty turystyczne, latarka z zapasem baterii, letnie nakrycie głowy, okulary słoneczne, krem ochrony z filtrem UV, ręcznik, spray przeciw komarom, strój kąpielowy.



„SUMMER PARTY”

OBOZ CHILLOUT-OWY • 14 - 17 LAT



Program:

zajęcia integracyjne: zapoznanie się uczestników, wprowadzenie dobrego klimatu, nawiązanie więzi między uczestnikami i kadrą obozową; podczas zajęć trzeba wykaazać się bystrością umysłu, sprawnością fizyczną i kreatywnością.

„Zwariowana rywalizacja”: wyścigi na szczudłach, nartach wieloosobowych i w workach, wykonywanie zadań w 3-osobowych „Spodniach Clowna”, „Mega Bierki”, „Mega Bramka” i „Mega Jenga”.

„dr House”: nauka podstaw pomocy przedmedycznej podczas zwiariowanych zabaw, happeningi ratownicze, ocena obrażeń „poszkodowanego”, samodzielne konstruowanie improwizowanych noszy, transport „ranego” w niespotykanych warunkach, nauka opatrywania ran i wykorzystania przedmiotów codziennego użytku w niesieniu pomocy, ćwiczenia i symulacje akcji ratowniczych.



„Śladami Indiany Jones’a”: „czytanie mapy”, nauka posługiwania się busolą, odnajdywanie północnego kierunku, wędrówki na orientację, nocne podchody, gry terenowe, poszukiwania ukrytych wskazówek, zadań, artefaktów i innych przedmiotów niezbędnych w dalszych zajęciach za pomocą elektronicznych wykrywaczy metali.

„Wieczór z horrorem”: wspólne oglądanie filmów grozy, a następnie indywidualne wykonywanie nocnych zadań, gdzie na uczestników czekać będą „straszne zasadzki”, „niesamowite spotkania” i „zaskakujące przygody”; zabawa pod pełną kontrolą kadry obozowej.

„Bałtycka Olimpiada”: zajęcia gimnastyczne na plaży, turnieje siatkówki, tenisa stołowego i kometki, przeciąganie liny.

„Super Strzelec”: strzelanie w różnych pozycjach z proc, łuków, pistoletów i karabinków pneumatycznych do celów statycznych i ruchomych oraz zawody strzeleckie z użyciem broni NERF.

„Linowe ewolucje”: pokonywanie na czas mostu linowego nad wąwozem, trickline – chodzenie po taśmie zawieszanej kilkadziesiąt centymetrów nad ziemią.



nadmorski turniej: zespołowy i indywidualny gier planszowych i karcianych.

„Mokre przygody”: przeciąganie liny w wodzie, baloniady, turniej „mokrej siatkówki plażowej”, gdzie piłkami są balony napełnione wodą; przelewanie wody przez „dziurawą rurę”; pojedynki z użyciem karabinów i pistoletów na wodę.

nocny maraton filmowy: z popcornem i konkursami.

„Letni Hokej”: mecze, gdzie kijami hokejowymi są szczotki do zamiatania, a taflą lodową olbrzymia folia pokryta pianą.

wycieczka rowerami wodnymi: z ratownikiem wodnym po Jeziorze Jamno.

„Holi Day” (festiwal kolorów): obrzucanie się bezpiecznymi, kolorowymi proszkami zakończone sesją fotograficzną.

„Poszukiwanie Skarbu Neptuna”: całodniowa gra terenowo-fabularna tocząca się w ośrodku, lesie i na plaży, rozszyfrowywanie wiadomości i wskazówek, wykonywanie zadań w celu odnalezienia skarbu.

wizyty w klubach muzycznych: karaoke; udział w wieczornych, otwartych imprezach Mielna.

dyskoteki: tematyczne z konkursami i quizami na terenie ośrodka.

wspólne grillowanie: pod wiatą.

plażowanie i kąpiele: (pod opieką ratowników wodnych).



kod imprezy: MIEL		FIRST MINUTE	
Cena podstawowa			
Turnus I - V	3.399 zł	2.899 zł	

- First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- zniżki - patrz str. 3



„WAKACYJNA MISJA”

OBOZ PRZYGODOWY DLA NAJMŁODSZYCH • 8-13 LAT

Program:

Każdy dzień to nowa misja, nowe emocje i nowe doświadczenia! Czekają Cię zabawy ruchowe, wyzwania terenowe, warsztaty artystyczne i sportowa rywalizacja. Sprawdź, jakie wyzwania przygotowaliśmy dla Ciebie tego lata!

Zgrana Ekipa: pierwsza misja to poznanie siebie nawzajem i zbudowanie zgranego zespołu. Czekają Cię zabawy integracyjne, gry ruchowe i zadania, które wymagają sprytu, refleksu i współpracy.

Ratuj i Reaguj: podczas tej misji nauczysz się podstaw pierwszej pomocy przedmedycznej – jak ocenić sytuację, wezwać pomoc, zatamować krwotok i opatrzyć ranę. Wszystko w formie zabawowych ćwiczeń, które uczą działania w trudnych chwilach.

Siła i Zwinność: czas na dawkę ruchu! Wyścigi w workach, chodzenie na szczudłach, tor przeszkód na nartach wieloosobowych, „Spodnie Clowna” i „Letni Hokej” – to misja dla tych, którzy lubią aktywną zabawę i rywalizację.

Myśl i Działaj: tu liczy się pomysłowość i logiczne myślenie. Zadania z użyciem „Chusty Klanzy”, „okragłego stołu na linach”, „Mega Bierek” i „Mega Domina” sprawdzą Twoją koncentrację i współpracę w grupie. Na koniec – przelewanie wody przez „dziurawe rury”.

Szyfry i Zagadki: czas na łamigłówki! Nauczysz się, jak tworzyć i rozwiązywać szyfry, kody oraz ukryte wiadomości. Odkryjesz, jak łączyć zabawę z logicznym myśleniem i spostrzegawczością.



Stwórz Swoj Świat: zadanie artystyczne, w którym zaprojektujesz własną postać, styl i rekwizyty – zgodnie z motywem przewodnim obozu. To czas na kreatywność, zabawę kolorami i pomysłami!

Kierunek Przygoda: podczas tej misji nauczysz się „czytać mapę”, wyznaczać kierunki świata i tworzyć proste szkice terenu. To doskonała okazja, by sprawdzić się w pracy z mapą i w orientacji w terenie.

Most Odwagi: przejdiesz nad „wąwozem” po taśmie trampoline. To prawdziwa próba równowagi, skupienia i odwagi!

kod imprezy: MIEL	FIRST MINUTE	
Cena podstawowa		
Turnus I - V	3.549 zł	3.049 zł

- First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- zniżki - patrz str. 3

Zaginiony Skarb: z pomocą elektronicznego wykrywacza wyruszysz na poszukiwania ukrytych przedmiotów. Każdy trop to krok bliżej do rozwiązania zagadki!

Terenowe Wyzwania: nauczysz się dyscypliny i współpracy w trudnych warunkach: musztra, rzut granatem (atrapa) do celu i na odległość, maskowanie i zadania wykonywane w „terenie zagrożonym”.

Planszowa Przygoda: wspólne popołudnia z grami planszowymi pełnymi zagadek i emocji między innymi („Sherlock”, „Zgadnij kto to”, „Wyprawa po skarb”, „5 sekund”) – każda gra to nowe wyzwanie.



Tajemnice Nadmorskiej Ścieżki: piesza wędrówka brzegiem morza połączona z poszukiwaniem ukrytych wskazówek. Odbłos fal, morska bryza i zadania do wykonania po drodze.

Wieczór Kina: relaks po dniu pełnym przygód – wspólne oglądanie filmów z popcornem.

Czas na Słońce: plażowanie i kąpiele, turnieje sportowe i zabawy z piłką. Wakacje to też czas na odpoczynek i zabawę w wodzie!

Gra Terenowa: wielka przygoda z fabułą i zagadkami. Zadania, ukryte wskazówki i współpraca – misja, która połączy wszystkie zdobyte umiejętności.

Letni biwak: wieczorne grillowanie, wspólne rozmowy i zabawy. Podczas biwaku pojawiają się też zagadki i łamigłówki do rozwiązywania przy blasku księżyca.

Wodna Rywalizacja: strzelanie z pistoletów na wodę i broni NERF – pełna śmiechu i emocji rywalizacja!

Wielki Finał Wakacyjnej Misji: ostatni dzień to sprawnościowy tor przeszkód i podsumowanie wszystkich wyzwań. Uczestnicy sprawdzą swoje umiejętności zdobyte podczas obozu – liczy się współpraca, odwaga i radość z działania!

Uczestnicy będą zdawać telefony komórkowe wychowawcom na czas ciszy nocnej.

Wakacyjna Misja – to przygoda, zabawa i wspólne wspomnienia, które zostaną na długo!

SPAŁA ZIEMIA ŁÓDZKA



Ośrodek Konferencyjno – Szkoleniowy „ZACISZE”

Spała, ul. Piłsudskiego 20, 97-215 Inowłódz

położony w Spałej – malowniczej miejscowości wypoczynkowej leżącej w Puszczy Nadpilickiej w centralnej Polsce 60 km od Łodzi i 9 km od Tomaszowa Mazowieckiego. Teren ośrodka otoczony jest lasami, które były terenem polowań carów rosyjskich, prezydentów Mościckiego i Wojciechowskiego oraz marszałka Piłsudskiego. Płynąca przez Spałę rzeka Pilica, rezerwat przyrody oraz liczne bunkry i fortyfikacje z czasów II Wojny Światowej będą terenem zajęć dla uczestników obozów. Ośrodek to dwukondygnacyjny budynek leżący na hektarowym, oświetlonym, ogrodzonym i ładnie zagospodarowanym terenie. Uczestnicy zakwaterowani będą w pokojach 2,3 i 4 osobowych z łazienkami (umywalka, natrysk, WC), telewizorami i chłodziarkami. Do dyspozycji obozowiczów: jadalnia, automat z napojami i słodyczami, zaduszony kompleks ogniskowy składający się z 7 altan, siłownia na świeżym powietrzu, bilard, piłkarzyki, tenis stołowy; **w całym obiekcie jest bezpłatny dostęp do Internetu – free WiFi!**



Świadczenia:

zakwaterowanie: 9 noclegów, **wyżywienie:** 3 x dziennie + podwieczorek (od kolacji w dniu przyjazdu do śniadania w dniu wyjazdu + suchy prowiant na drogę powrotną) - śniadania i kolacje w formie bufetu, opieka pedagogiczna i instruktorska, realizacja programu, nagrody i pamiątki, dojazdy lokalne, ubezpieczenie NNW (50.000 zł) Signal Iduna SA. **Kadra:** ratownicy wodni, instruktorzy: strzelectwa sportowego, paintballa, jeździectwa, survivalu i samoobrony.

Turnusy:

I • 07.07-16.07.2026 III • 27.07-05.08.2026
II • 17.07-26.07.2026 IV • 06.08-15.08.2026

Obozy i wiek uczestników:

„Decydujące Starcie”	12 - 15 lat i 15 - 18 lat	str. 28
„Wakacje w Siodle”	10 - 14 lat i 14 - 18 lat	str. 29
„Forest Camp”	10 - 14 lat i 14 - 18 lat	str. 30

Wymagany ekwipunek:

mały plecak, śpiwór, karimat, ciepły sweter lub polar, dres sportowy, kurtka przeciwdeszczowa, buty turystyczne, latarka z zapasem baterii, letnie nakrycie głowy, okulary słoneczne, krem z filtrem UV, ręcznik, spray przeciw komarom, strój kąpielowy; **mile widziane:** odzież moro, buty wojskowe i instrumenty muzyczne.

Uwagi:

- **Ceny** na stronie z opisem każdego obozu; **promocje** – str. 3.
- **Opłaty za transport**, rozkład jazdy i lista przystanków – str. 32.
- **Ze względu na warunki atmosferyczne i stan psychofizyczny większości uczestników program może ulec zmianie.**
- Zajęcia odbywać się będą z zastosowaniem niezbędnych elementów zapewniających bezpieczeństwo (uprzącze alpinistyczne, kaski, kamizelki asekuracyjne, okulary lub gogle i maski ochronne).
- Jeżeli **dziecko przyjmuje leki**, prosimy o zaopatrzenie uczestnika w te leki i kartkę od lekarza z informacją o ich dawkowaniu. Uczestnik po przyjeździe musi przekazać leki z informacją kierownikowi.
- Możliwość **specjalnych diet** jedynie po zgłoszeniu (21 dni przed obozem) i po uzyskaniu zgody organizatora (płatne dodatkowo).
- Od każdego uczestnika pierwszego dnia pobytu pobierzemy **kaucję w wysokości 50 zł** na pokrycie ewentualnych strat spowodowanych przez niego w sprzęcie lub w wyposażeniu ośrodka. Jeśli takich strat nie będzie - kaucję w całości oddamy w dniu wyjazdu.
- Każdy uczestnik otrzyma na własność **bidon na wodę**.
- **Podział na grupy wiekowe** będzie realizowany przy **minimum 10 osobach** w danym przedziale wiekowym.
- **Przyjazd indywidualny w dniu rozpoczęcia od godziny 15:00, a wyjazd w dniu zakończenia do godziny 12:00.**





„DECYDUJĄCE STARCIE”

OBOZ ASG • 12-15 / 15-18 LAT

Program:

zajęcia ASG: zajęcia z wykorzystaniem replik ASG (repliki ASG to wierne kopie broni palnej pod względem wymiarów i wagi); szkolenie z zasad bezpieczeństwa przy posługiwaniu się bronią (B.L.O.S.); nauka norm moralnych i zasad rozgrywek ASG; rozgrywki w różnych trybach i scenariuszach (deatchmach, capture the flag, dominacja); rozgrywki będą się toczyć w terenie leśnym i na terenie opuszczonych hal przemysłowych; część zajęć prowadzona będzie w nocy.

zajęcia strzeleckie: ćwiczenia odpowiednich postaw strzeleckich, strzelanie z lewego i prawego oka, obsługa broni dwiema i jedną ręką, strzelania statyczne i dynamiczne.

taktyka zielona: ćwiczenia z taktyki walki w terenie otwartym, komunikacja niewerbalna, szyki patrolowe, sektory odpowiedzialności, współpraca w zespole, procedury podczas kontaktu z przeciwnikiem, meldunki radiowe, przenikanie na teren nieprzyjaciela, pokonywanie przeszkód terenowych.

zajęcia zwiadowcze: kamuflaż, podchodzenie przeciwnika z wykorzystaniem ukształtowania terenu, zakładanie posterunków obserwacyjnych, meldunki z obserwacji przeciwnika.

taktyka czarna: ćwiczenia z taktyki walki w terenie zurbanizowanym (metody zdobywania budynków i pomieszczeń zajętych przez przeciwnika, zasady bezpieczeństwa podczas współpracy zespołu w ograniczonej przestrzeni).

taktyka czerwona: opieka nad rannym na polu walki w oparciu o wytyczne komitetu TCCC, protokół MARCH, działania w strefach CUF, TFC, TEC – zajęcia teoretyczne i praktyczne z wykorzystaniem środków pozoracji (sztuczna krew, trener do tamowania masywnych krwotoków, pirotechnika); meldunek MEDEVAC.



nocne i dzienne gry terenowe: wieloelementowe gry, podczas których uczestnicy utrwalają nabyte wcześniej umiejętności; kończąca obóz taktyczna zabawa typu MILSIM z wieloma zadaniami do wykonania (rozpoznanie terenu, Combat Search and Rescue, przeprowadzenie ataku na bazę wroga).

terenoznawstwo i survival: nauka posługiwania się busolą, odnajdywanie kierunku północnego, „czytanie” mapy terenu, marsze na orientację, nocleg w lesie.

kod imprezy: SPAL	FIRST MINUTE
Cena podstawowa	
Turnus I - IV	3.699 zł
	3.199 zł

- First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- zniżki - patrz str. 3



trening snaperski: zajęcia z wykorzystaniem wykrywacza metali.

zajęcia teoretyczne: rodzaje oporządzenia taktycznego oraz jego dobór i konfiguracja do zadania; nauka alfabetu fonetycznego, kodu Morse'a i metod szyfrowania wiadomości.

spływ pontonowy: rzeką Pilicą ze Spawy do Zakościela.

wyprawa piesza: do niemieckiego ośrodka dowodzenia Anlage Mitte z czasów II Wojny Światowej w Konewce; zwiedzanie z przewodnikiem schronu kolejowego, schronów technicznych; przejście 80 metrowymi, podziemnymi kanałami między schronami.



zajęcia sprawnościowe: musztra, zaprawy poranne, marszobiegi, zajęcia w miniparku linowym (dla chętnych).

rekreacja: ognisko z pieczeniem kielbasy, wieczór filmowy, gry integracyjne - ruchowe, wyjście na jarmark w Spale.

wymagany dodatkowy ekwipunek: buty wojskowe lub inne wygodne obuwie za kostkę, zeszyt, długopis/ołówek, szczyrzyk; **mile widziane:** odzież w kamuflażu, latarka z czerwonym światłem, kamery sportowe, środki łączności, własne repliki ASG.

Każdy uczestnik otrzyma swoje blaszki identyfikacyjne.

Obóz zalecany jest dla młodzieży sprawnej fizycznie i lubiącej aktywny wypoczynek, zarówno dla tych, którzy grają już w ASG, jak i tych, którzy chcą dopiero spróbować swoich sił w tym sporcie.

„WAKACJE W SIODLE”

OBOZ JEŹDZIECKI • 10-14 / 14-18 LAT



Program:

jeździectwo: to 7 wizyt w „Stajni Królewskiej” w Glinniku obok Spaly po 3-4 godziny każda; zajęcia realizowane będą w 3 grupach: początkującej, średniozaawansowanej i zaawansowanej; wszystkie konie są dobrze wyszkolone i przygotowane do pracy z dziećmi.



zajęcia praktyczne:

- grupa początkująca:** (7 godzin zajęć podczas całego obozu) - jazda indywidualna na lonży, nauka stępowania i kłusowania, a po nabraniu wprawy jazda samodzielna na ujeżdżalni.
- grupa średniozaawansowana i zaawansowana:** (7 godzin w siodle podczas całego obozu) - jazda kłusem i galopem, jazda po drążkach, wyjazdy w teren, jeżeli pozwoli na to zaawansowanie jeździeckie uczestników; treningi ujeżdżeniowe na poziomie klasy P z elementami klasy N.
- wszystkie grupy:** siodłanie i kielznanie koni, wyprowadzanie na padok i na trawę, kąpanie i karmienie, czyszczenie sierści i kopyt, prace porządkowe w stajni i obejściu koni, przejażdżki bryczką.
- pony games:** (gry i zabawy na koniach) - przechodzenie przez szarę na koniu, jazda z kubkiem pełnym wody lub jajkiem na łyżce, slalom z zawiązanymi oczami, tor przeszkód, pokonywanie niewielkich przeszkód i wykonywanie podstawowych figur z zakresu woltyżerki.

Możliwość dokupienia dodatkowych 5 godzin „w siodle” (dla uczestników obu grup) w cenie 315 zł/os.



zajęcia teoretyczne: historia jeździectwa, anatomia konia i jego potrzeby behawioralne, budowa i rodzaje sprzętu jeździeckiego, trening młodych koni, przepisy dotyczące jeździectwa i sportów konnych, projekcje filmów instruktażowych i jeździeckich.



strzelectwo: z proc i łuków oraz krótkiej i długiej broni pneumatycznej.

„Letni hokej”: mecze, gdzie kijami hokejowymi są szczotki do zamiatania, a taflą lodową olbrzymia folia pokryta pianą.

zajęcia sprawnościowe: wyścigi w workach, na nartach wieloosobowych i szczudłach, rywalizacja w 3-osobowych „Spodniach Clowna”, zabawy z chustą animacyjną, turnieje sportowe.

relaks: plażowanie nad Pilicą, wycieczki piesze i rowerowe po Spalskim Parku Krajobrazowym, dyskoteki, wieczory filmowe, ogniska, nocny biwak pod wiatą lub na terenie stajni.

Każdy uczestnik musi posiadać **zaświadczenie od lekarza** o braku przeciwwskazań do wykonywania jeździectwa oraz **zgody Rodziców** na udział w szkoleniu.

Wymagany ekwipunek (do zajęć jeździeckich): długie, wygodne spodnie (np. dresowe lub polarowe), pełne buty bez obcasów.

Mile widziane: własne kaski i buty jeździeckie.

Stajnia zapewni kaski na głowę.



kod imprezy: SPAL		FIRST MINUTE
Cena podstawowa		
Turnus I - IV	3.949 zł	3.449 zł

- **First Minute** - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- **zniżki** - patrz str. 3



„FOREST CAMP”

OBOZ PRZYGODOWO-SURVIVALOWY • 10-14 / 14-18 LAT

Program:

survival: sztuka przetrwania w trudnych, nietypowych i niesprzyjających warunkach terenowych oraz atmosferycznych; poznanie teorii i ćwiczenie w praktyce podstawowych umiejętności pozwalających na przetrwanie w ekstremalnych sytuacjach.

I pomoc w terenie: survivalowe sposoby odkażania i przyspieszania gojenia się ran i skaleczeń, tamowanie krwotoków, metody improwizowane w I pomocy, budowa noszy i transport rannego w trudnych warunkach terenowych.

terenoznawstwo: „czytanie mapy”, wyznaczanie kierunków stron świata różnymi metodami, dzienne i nocne wędrówki na orientację, korzystanie z busoli, wyznaczanie azymutów.



rozpalanie ognia: rodzaje ognisk; pozyskiwanie rozpalek i drewna w terenie; używanie rozpalek syntetycznych i krzesiw; samodzielne przygotowywanie naparów i posiłków na biwakach.

pozyskiwanie i uzdatnianie wody: tabletki, filtry, gotowanie, destylacja.

schronienie: budowa i maskowanie; szalasy, ziemianki i prowizoryczne namioty.

zajęcia linowe: nauka wiązania węzłów, przejście leśnego mini parku linowego.

strzelectwo: z luków, proc, krótkiej i długiej broni pneumatycznej oraz replik ASG.

poszukiwania: artefaktów i wskazówek niezbędnych do dalszych zajęć za pomocą macek saperskich i elektronicznych wykrywaczy metalu.

pontonowy spływ: ze Spawy do Zakościela; poprzedzi go profesjonalne przeszkolenie kajakowe; uczestnicy w nowoczesnych kajakach polietylenowych prowadzeni przez doświadczonych instruktorów i ratowników wodnych przepląną przez Rezerwat Spala i meandry rzeki w Spalskim Parku Krajobrazowym; otrzymają na czas spływu kamizelki asekuracyjne i worki wodoodporne na rzeczy.

kod imprezy: SPAL	FIRST MINUTE
Cena podstawowa	
Turnus I - IV	3.549 zł
	3.049 zł

- First Minute - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń)
- zniżki - patrz str. 3



wycieczki piesze: ścieżką edukacyjną przez Rezerwat Spala oraz do niemieckiego ośrodka dowodzenia Anlage Mitte z czasów II Wojny Światowej w Konewce (zwiedzanie z przewodnikiem schronu kolejowego i innych fortyfikacji); zajęcia z terenoznawstwa podczas dojścia i powrotu do ośrodka.

wycieczki rowerowe: do Inowłodzi (zwiedzanie zamku zbudowanego przez Kazimierza Wielkiego), ptaszarni w Spale, atrakcji przyrodniczych i historycznych Spalskiego Parku Krajobrazowego.



zwiedzanie: Centralnego Ośrodka Sportu w Spale połączone z kąpielą na krytym basenie.

„Spalska wyprawa”: dwudniowa gra terenowa z noclegiem w lesie, wykorzystywanie nabytych wcześniej umiejętności.

rekreacja: ogniska, wieczory filmowe, turnieje sportowe, balonady, zabawy w wodzie i plażowanie nad Pilicą.

Oboz polecany tym, którzy chcą zacząć swoją przygodę z survivaliem, lubiącym przygody i kontakt z przyrodą.

ROZKŁAD JAZDY I PRZYSTANKI

Zamrzemica, Mrzeżyno, Dąbki, Mielno				
miasto	godzina odjazdu	miejsce odjazdu	dopłaty zł	godzina powrotu
Gdańsk*	10:45	ul. 3 Maja 12, Dworzec Autobusowy stanowisko 10	300 zł	ok. 15:00
Grudziądz*	12:30	Stare Marzy koło Grudziądza ul. Świecka 36, stacja paliw Circle K, przy DK nr 91 (118 km)	250 zł	ok. 13:00
Kraków	05:30	ul. Reymonta 22, parking dla autokarów przed wejściem na stadion Wisły (od ul. Reymonta)	350 zł	ok. 19:45
Katowice	06:45	ul. Sądowa 5, Międzynarodowy Dworzec Autobusowy Katowice • Centrum Przesiadkowe Sądowa (miejsce spotkania przy wieży z napisem Katowice Centrum, obok stanowiska nr 8)	350 zł	ok. 18:15
Jastrzębie Zdrój	05:30	ul. Sybiraków 2, Dworzec Autobusowy	350 zł	ok. 19:30
Gliwice	06:15	ul. Pszczyńska 325, parking obok restauracji Mc Donald's przy CH Europa Centralna	350 zł	ok. 18:45
Lędziny	06:15	ul. Pokoju, Plac Autobusowy przy KWK Ziemowit	350 zł	ok. 19:00
Kielce	07:45	al. Szajnowicza-Iwanowa 17, parking przy stacji paliw BP	350 zł	ok. 17:00
Sosnowiec	07:00	ul. Kresowa 2, obok stacji paliw Shell i restauracji Mc Donald's	350 zł	ok. 18:00
Częstochowa	08:15	ul. Drogowców 1, parking przy restauracji MC Donald's przy stacji paliw Orlen (kierunek Warszawa)	300 zł	ok. 17:00
Radomsko	08:45	ul. Łódzka 2, Port Radomsko, stacja paliw Moya (parking przy Polisz Kebab)	300 zł	ok. 16:30
Piotrków Trybunalski	09:15	ul. Sikorskiego 52, stacja paliw Avia, przy zjeździe do miasta z DK 1	250 zł	ok. 15:30
Łódź	10:00	przystanek według umowy: ul. Brzezińska 27 /29, parking przy Centrum Handlowym M1 Łódź (zatoczka autokarowa na wyprost wejścia, przy parkingu D2)	250 zł	ok. 15:00
Kutno	11:00	ul. Józefów 28, obok restauracji Mc Donald's przy stacji paliw BP	250 zł	ok. 14:00
Włocławek	11:30	al. Chopina 8, parking przy Hali Mistrzów	250 zł	ok. 13:30
Toruń	12:30	ul. Kujawska 1, parking przy Dworcu Głównym PKP, przy pomniku lokomotywy	210 zł	ok. 12:30
Bydgoszcz	13:45	przystanek wg umowy: ul. Glinki 79, parking przed budynkiem Klubu Sportowego CHEMIK lub ul. Toruńska 59, parking przy Hali Sportowo-Widowskiej ŁUCZNICZKA	200 zł	ok. 11:15
Opole	07:00	ul. Kowalczyków 56, Dworzec Autobusowy Sindbad Port, stanowiska nr A2, B2, C2, D2	350 zł	ok. 18:00
Wrocław	08:30	Bielany Wrocławskie ul. Czekoladowa 20, parking przy restauracji Burger King	350 zł	ok. 16:45
Leszno	09:45	Lasocice koło Leszna ul. Szkolna 1B, stacja paliw Shell, parking przy restauracji MC Donald's	300 zł	ok. 15:15
Legnica	06:00	ul. Chojnowska 154, stacja paliw Orlen	340 zł	ok. 18:45
Lubin (Dolnośląskie)	06:30	ul. Piłsudskiego 1, parking przy stacji paliw Circle K i restauracji Mc Donald's	350 zł	ok. 18:15
Polkowice	07:00	ul. Babisza 2, parking przy stacji paliw Shell i restauracji KFC	350 zł	ok. 17:15
Głogów	07:30	ul. Legnicka 16, stacja paliw BP	350 zł	ok. 17:00
Zielona Góra	08:45	ul. Sulechowska 41, parking przy centrum rekreacyjno-sportowym	300 zł	ok. 16:30
Poznań	11:15	ul. Dworcowa, parking przy „Dworcu Letnim” na dojeździe do Dworca Głównego PKP	250 zł	ok. 13:45
Gniezno	12:15	ul. Żwirki i Wigury 32, stacja paliw MOL	210 zł	ok. 13:00
Białystok	05:45	ul. Zwierzyniecka 12, parking przy Domu Studenta Beta	350 zł	ok. 19:45
Zambrów	06:45	Szumowo koło Zambrowa ul. kpt. Antoniego Kozłowskiego 21A, stacja paliw Orlen	350 zł	ok. 18:45
Warszawa	08:45	al. Jerozolimskie 144, Dworzec Autobusowy Warszawa Zachodnia, stanowisko 11	300 zł	ok. 16:45
Płock	10:45	ul. Kolejowa 46, Płock- Radziwie, stacja paliw Orlen	250 zł	ok. 14:30
Lublin (Lubelskie)	06:00	ul. Radziszewskiego 16, parking przed Chatką Żaka	350 zł	ok. 19:00
Puławy	06:45	ul. Dęblińska 18D, parking przy stacji paliw Moya	350 zł	ok. 18:15
Radom	07:45	ul. Wernera 52, stacja paliw AMIC Energy obok restauracji Mc Donald's	300 zł	ok. 17:00
przyjazd		wyjazd		
Zamrzemica	ok. 16:00	09:30		
Mrzeżyno	ok. 19:00	06:30	• Możliwa przesiadka i postój w Bydgoszczy.	
Dąbki	ok. 19:00	07:00	* Gdańsk, Grudziądz przesiadka i postój w Bydgoszczy.	
Mielno	ok. 18:30	07:00		

Prosimy o przybywanie na miejsce zbiórek 15 minut przed planowanym czasem odjazdu. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za spóźnienia spowodowane złymi warunkami drogowymi, atmosferycznymi, czy dużym natężeniem ruchu. Postoje w trakcie podróży są organizowane co ok. 4,5 godz. w miejscach do tego przystosowanych (z toaletami i zapleczem gastronomicznym).

Miejsce rozpoczęcia podróży należy określić w momencie podpisania umowy. Zmiana miejsca wyjazdu może nastąpić nie później, niż 10 dni przed rozpoczęciem imprezy, później pobierana będzie opłata za zmianę miejsca wyjazdu lub powrotu w wysokości 80 zł. Nie jest możliwa ze względów technicznych, zmiana miejsca wyjazdu lub powrotu w okresie późniejszym, niż 4 dni przed rozpoczęciem obozu.

ROZKŁAD JAZDY I PRZYSTANKI

Spała				
miasto	godz. odjazdu	miejsce odjazdu	dopłaty zł	godz. przyjazdu
Warszawa	13:30	al. Jerozolimskie 144, Dworzec Autobusowy Warszawa Zachodnia, stanowisko 11	230 zł	ok. 13:30
Piotrków Trybunalski	15:45	ul. Sikorskiego 52, stacja paliw Avia przy zjeździe do miasta z DK 1	200 zł	ok. 11:30
Radomsko	15:00	ul. Łódzka 2, Port Radomsko, stacja paliw Moya (parking przy Polisz Kebab)	200 zł	ok. 12:15
Puławy	08:15	ul. Dęblińska 18D, parking przy stacji paliw Moya	300 zł	ok. 19:15
Radom	09:15	ul. Wernera 52, stacja paliw AMIC Energy obok restauracji Mc Donald's	250 zł	ok. 18:00
Kielce	10:45	al. Szajnowicza-Iwanowa 17, parking przy stacji paliw BP	250 zł	ok. 16:45
Rzeszów	07:45	ul. Podkarpacka 18A, stacja paliw Watkem	300 zł	ok. 20:30
Dębica	08:30	ul. Nagawczyzna 245C, stacja paliw Shell przy restauracji Mc Donald's	300 zł	ok. 19:45
Tarnów	09:15	al. Jana Pawła II 20, stacja paliw GROSAR	250 zł	ok. 19:00
Lubin (Dolnośląskie)	08:30	ul. Piłsudskiego 1, parking przy stacji paliw Circle K i restauracji Mc Donald's	250 zł	ok. 19:45
Legnica	09:00	Nowa Wieś Legnicka 44A, stacja paliw Orlen przy DK3 za zjazdem z A4 (Legnica) kier. Jelenia Góra	250 zł	ok. 19:15
Lublin (Lubelskie)	07:15	ul. Radziszewskiego 16, parking przed Chatką Żaka	300 zł	ok. 20:00
Wrocław	10:00	Bielany Wrocławskie ul. Czekoladowa 20, parking przy restauracji Burger King	250 zł	ok. 18:15
Opole	11:30	ul. Kowalczyków 56, Dworzec Autobusowy Sindbad Port, stanowiska nr A2, B2, C2, D2	230 zł	ok. 16:45
Częstochowa	14:15	ul. Drogowców 1, parking przy restauracji MC Donald's przy stacji paliw Orlen (kierunek Warszawa)	200 zł	ok. 13:00
Sosnowiec	12:15	ul. Kresowa 2, obok stacji paliw Shell i restauracji Mc Donald's	230 zł	ok. 16:00
Katowice	11:45	ul. Sądowa 5, Międzynarodowy Dworzec Autobusowy Katowice • Centrum Przesiadkowe Sądowa (miejsce spotkania przy wieży z napisem Katowice Centrum, obok stanowiska nr 8)	230 zł	ok. 16:30
Kraków	10:30	ul. Mirowska 201, stacja paliw BP przy węźle Kraków-Bielany	250 zł	ok. 17:45
Jastrzębie Zdrój	10:00	ul. Sybiraków 2, Dworzec Autobusowy	250 zł	ok. 18:15
Wodzisław Śląski	10:30	ul. Witosa 24, stacja paliw Circle K, obok restauracji Mc Donald's	250 zł	ok. 17:45
Rybnik	11:00	ul. Budowlanych 4, stacja paliw BP, obok restauracji Mc Donald's	250 zł	ok. 17:15
Gliwice	11:30	ul. Pszczyńska 325, parking obok restauracji Mc Donald's przy CH Europa Centralna	230 zł	ok. 16:45
	przyjazd	odjazd		
Spała	ok. 16:00	11:00		

Prosimy o przybywanie na miejsce zbiórek 15 minut przed planowanym czasem odjazdu. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za spóźnienia spowodowane złymi warunkami drogowymi, atmosferycznymi, czy dużym natężeniem ruchu. Postoje w trakcie podróży są organizowane co ok. 4,5 godz. w miejscach do tego przystosowanych (z toaletami i zapleczem gastronomicznym). Miejsce rozpoczęcia podróży należy określić w momencie podpisania umowy. Zmiana miejsca wyjazdu może nastąpić nie później, niż 10 dni przed rozpoczęciem imprezy, później pobierana będzie opłata za zmianę miejsca wyjazdu lub powrotu w wysokości 80 zł. Nie jest możliwa ze względów technicznych, zmiana miejsca wyjazdu lub powrotu w okresie późniejszym, niż 4 dni przed rozpoczęciem obozu.



**SURVIVAL
BUSHCRAFT**

**SPŁYWY
KAJAKOWE**

PAINTBALL



kajakiemprzezbery@gmail.com



505 854 002



„LEŚNE USTRONIE”

ośrodek wczasowy



standard dobry



ośrodek: kilkadziesiąt domków campingowych malowniczo usytuowanych na rozległym, ogrodzonym i oświetlonym terenie w sosnowym lesie nad Jeziorem Koronowskim (ok. 1560 ha, najgłębsze miejsce 20 m, strefa cicha, jezioro połączone rzeką Krówką z kilkunastoma rynnowymi jeziorami Byszewskimi); ośrodek leży na skraju Borów Tucholskich w Obszarze Chronionego Krajobrazu Ziemia Koronowskiego; letnia kawiarnia ze słonecznym tarasem, biblioteczka na terenie recepcji, tenis stolowy; murywany grill; sklepik spożywczy; ogrodzony plac zabaw dla dzieci, boisko do piłki nożnej i siatkówki plażowej, koszykówki, miejsce na ognisko. Możliwość skorzystania z pola paintballowego z fortyfikacjami i miniparku linowego uzależniona od dostępności instruktorów. Wypożyczalnia rowerów kolowych i sprzętu wodnego (kajaki, kanadyjki, rowery wodne, łodzie wiosłowe); nad jeziorem własna, wydzielona plaża z pomostami; możliwość zaparkowania samochodu na ogrodzonym i oświetlonym terenie ośrodka.



domki drewniane: 4-7 osobowe, dwupoziomowe typu BRDA i 2-4 osobowe, jednopoziomowe typu CHATA; wszystkie o dobrym standardzie;

wyposażenie:

Typ BRDA: parter – pokój dzienny: rozkładana wersalka, telewizor (telewizja cyfrowa), grzejnik olejowy; aneks kuchenny (zlewozmywak, lodówka, czajnik elektryczny, kuchenka elektryczna, podstawowe wyposażenie kuchenne); łazienka (umywalka, natrysk, WC, bojler).

piętro – aneks sypialny z dwoma tapczanami i sypialnia także z dwoma tapczanami; wszystkie domki z tarasami i meblami ogrodowymi.

Typ CHATA: pokój przejściowy: rozkładana wersalka, telewizor (telewizja cyfrowa), grzejnik olejowy; aneks kuchenny (zlewozmywak, lodówka, czajnik elektryczny, kuchenka elektryczna, podstawowe wyposażenie kuchenne); łazienka (umywalka, natrysk, WC, bojler); sypialnia z dwoma łóżkami; wszystkie domki z tarasami i meblami ogrodowymi.



atrakcje:

polecamy odwiedzenie: rezerwatu archeologicznego „Kamienne Kręgi” w Odrach koło Czerska, akweduktu i wieży widokowej we wsi Fojutowo, zabytkowych kościołów w Byszewie, Gostycynie, Mąkowsku i Pruszczu, ruin gotyckich zamków w Świeciu i Nowym Jasińcu, wioski ginających zawodów w Koronowie, zabytkowej kopalni węgla brunatnego w Pile, Muzeum Borów Tucholskich w Tucholi; ponadto warto zwiedzić starówkę Chelmina, Chojnic, Koronowa, Bydgoszczy i Torunia. Warto także zwrócić uwagę na: Ścieżkę przyrodniczo-leśną „Nad Zamrzonką” w Zamrzenicy, „Górnica Wioskę” w Pile-Młyn, „Borowiacką” w Nowym Suminie, „Miodową” w Wielkim

Mędromierzu, „Ptasią” w Adamkowie, Grodzisko w Raciążu, Rezerwat Przyrody „Jeziorka Koźle”, Ścieżkę przyrodniczo-dydaktyczną „Jelenia Wyspa” w Gołąbku.



informacje wędkarskie:

w jeziorze i rzece Brda łowi się trocie, lipienie, pstragi, klenie, szczupaki, liny, karpie; dodatkowe zezwolenie do zakupu na miejscu.

TERMINY	Wynajęcie całego domu. Cena za 1 dobe					
	BRDA	CHATA	BRDA		CHATA	
			do 2 nocy	pow. 2 nocy	do 2 nocy	pow. 2 nocy
SEZON A 04.06-07.06.2026	440 zł	345 zł	—	—	—	—
SEZON B 18.05-04.06.2026 07.06-28.06.2026 23.08-30.09.2026	—	—	440 zł	325 zł	345 zł	230 zł
SEZON C 28.06-23.08.2026	440 zł	345 zł	—	—	—	—

Rodzaj	WYŻYWIENIE			
	ŚNIADANIE		OBIAD	
	osoba dorosła	dziecko	osoba dorosła	dziecko
29.06-30.08.2026	46 zł	46 zł	63 zł	52 zł



- w sezonie C – pobyt przez minimum 5 nocy; w sezonie A i B – pobyt przez minimum 2 noce,
- dzieci do 3 lat bez świadczeń – gratis; dla dziecka bez świadczeń nie przysługuje oddzielne miejsce do spania i miejsce na jadłospis,
- dzieci do 10 lat zniżka – zmniejszona porcja wyżywienia,
- wyżywienie: w oddzielnym budynku w lokalu „LEŚNE SMAKI”,
- śniadania w formie bufetu wydawane są w okresie 29.06-30.08.2026 w godz. 08:00-10:00,
- obiady w okresie 29.06-23.08.2026 wydawane są w godz. 14:00-15:00 (zupa, danie główne, kompot), a w terminie 23.08-30.08.2026 w godz. 14:00-17:00,
- w dniu przyjazdu obiady nie są wydawane,
- w okresie 29.06-23.08.2026 w lokalu „LEŚNE SMAKI” serwowane są dania z karty menu w godz. 15:00-19:00; przykładowe menu dań na stronie www.zamrzenica.pl w zakładkach: „Wyżywienie” i „Oferta” - „LEŚNE SMAKI”.



uwagi:

- w ośrodku mogą przebywać grupy młodzieżowe,
- doba hotelowa rozpoczyna się o godz. 17:00, a kończy o godz. 10:00,
- w sezonie C – pierwszym świadczeniem jest nocleg w pierwszym dniu pobytu, a ostatnim śniadanie lub nocleg w ostatnim dniu; przy pobycie z wyżywieniem goście nie otrzymują obiady w dniu wyjazdu; w sezonie A i B – pierwszym i ostatnim świadczeniem jest nocleg,
- na miejscu pobierana jest należność za zużycie energii elektryczną wg wskazań licznika,
- w dniu rozpoczęcia pobytu pobierana jest kaucja tytułem zużycia energii elektrycznej i ewentualnych zniszczeń w wysokości: w sezonie C – 400 zł/domek/turnus; w sezonie A i B – 70 zł/domek/doba; kaucja jest zaliczana w ostatnim dniu pobytu,
- ceny za wynajęcie domu zawierają opłatę za komplety pościeli i ręczniki kąpielowe,
- w dniu wyjazdu domek należy posprzątać we własnym zakresie lub za opłatą 100 zł/domek,
- psy są mile widziane (opłata 20 zł/doba); warunek: kaganiec, smycz i świadectwo szczepienia,
- na miejscu pobierana jest opłata klimatyczna.

www.zamrzenica.pl

OW „Leśne Ustronie” • Zamrzenica 10 • 89-510 Bysław
tel. 052 334 11 77 • tel. kom. 795 534 046

LEŚNE USTRONIE W BORACH TUCHOLSKICH



wyjedź na wczasy



Ośrodek Wczasowy „Leśne Ustronie”
Zamrzenica 10, 89-510 Bysław
www.zamrzenica.pl
e-mail: zamrzenica@wonderlands.pl



**Od maja do września zapraszamy także
szkoły i grupy zorganizowane na aktywne
wycieczki, biwaki i pobyty!!!**

**Zapewniamy noclegi, wyżywienie,
atrakcyjny program oraz obsługę
wykwalifikowanej kadry instruktorskiej.**



Tworzymy miejsce Twojego Wypoczynku

Morze

Hotel *** NAT Świnoujście
Hotel *** NAT Kołobrzeg
Hotel *** NAT Sarbinowo
Hotel *** NAT Jarosławiec
Hotel *** NAT Krynica Morska
Dźwierzyno OW Ania
Ustronie Morskie OW Gwarek
Dąbki OW Carbo
Jastarnia OW Posejdon
Kąty Rybackie OW Eden

Góry

Hotel *** NAT Krynica Zdrój
Hotel *** NAT Piwniczna Zdrój
Hotel *** NAT Bukowina Tatrzańska
Hotel *** NAT Wisła
Hotel *** NAT Ustron
Szczytna OWR Relax

Jeziora

Kalbarnia OW Inter Piast



Hotele i Ośrodki Wypoczynkowe w Polsce

Rezerwacja:

32 326 23 50-51

zawsze aktualne oferty i najlepsze promocje

www.nat.pl