

OBÓZ LETNI NIEZBĘDNIK

Dokumenty:

- KARTA KOLONIJNA, DOKUMENT OŚWIADCZENIA, DOKUMENT REGULAMIN OBOZU, DOKUMENT SZCZEGÓŁOWY REGULAMIN OBOZU – oddane przed rozpoczęciem obozu
- LEGITYMACJA SZKOLNA
- KSIĄŻECZKA ZDROWIA DZIECKA

Na plażę:

- czapka z daszkiem ,
- krem do opalania z wysokim filtrem,
- osobny ręcznik kąpielowy,
- strój kąpielowy,

Na trening:

- strój sportowy na poranny rozruch i treningi w terenie: spodnie dresowe, koszulka, **buty sportowe** inne niż do chodzenia na co dzień,
- judogi,
- koszulki treningowe 2-3 szt.,

Pozostałe:

- bluza 2-3 szt.,
- koszulki, majtki, skarpetki 10szt.,
- kurtka przeciwdeszczowa
- klapki pod prysznic i na plażę,
- pasta do zębów, szczoteczka, szampon, mydło, ręcznik kąpielowy,
- dobrze mieć zegarek/budzik
- maseczki, płyn do dezynfekcji, rękawiczki jednorazowe - 24sztuki

Kieszonkowe na obóz można przygotować w opisanych kopertach, w banknotach 10/20 zł i przekazać je trenerom pod autokarem.

Tak samo należy przygotować leki z opisanym sposobem dawkowania. Pod autokarem przekazujemy trenerom informację, kiedy należy podać pierwszą dawkę na obozie.

Należy pamiętać o odpowiednio wczesnym podaniu leków przeciwwymiotnych u dzieci, które mają chorobę lokomocyjną.

Bardzo prosimy o nie dawanie dzieciom słodczy na droge.