

OBÓZ ZIMOWY 2019



Wydział Wychowania Fizycznego
Uniwersytet Rzeszowski

Terminy

03.01-08.01.2019r. II TiR s. stacjonarne + TiR Grupa „Europejczyk”

09.01.-14.01.2019r. III WF s. stacjonarne + WF Grupa „Europejczyk”

19.01 – 24.01.2019r. II WF s. stacjonarne grupy **A , B, E, F, G, H** + WF Grupa „Europejczyk”

25.01.- 30. 01.2019r. II WF s. stacjonarne grupy: **C, D, I, J, K, L**

19.01.-27.01. 2019r. II WF s. niestacjonarne

Koszt obozu

Wychowanie Fizyczne / Turystyka i Rekreacja

740 zł

Wychowanie Fizyczne s. niestacjonarne

990zł

Cena obejmuje:

- **ZAKWATEROWANIE**
- **WYŻYWIENIE (3 POSIŁKI)**
- **KARNETY**
- **UBEZPIECZENIE**
- **DOJAZDY NA STOK NARCIARSKI**
- **DOJAZD NA LODOWISKO**
- **OPLATA KLIMATYCZNA**

Kwotę należy wpłacać na konto:

Nazwa odbiorcy: Bank Handlowy w Warszawie S.A.

Nazwa odbiorcy c.d. ul. Senatorska 16, 00-923 Warszawa

Nr rachunku bankowego odbiorcy:

80 1030 1508 0000 0008 1775 8002

Kwota: 740 zł –WF, TiR/ 990 zł- WF nst.

Nazwa i adres zleceniodawcy: **Imię i Nazwisko, adres**

Tytułem: **Imię i nazwisko, obóz zimowy TiR lub WF + data turnusu**

WAŻNE TERMINY!!!

Kopie dowodów wpłat należy składać u mgr Katarzyny Szeremety , Budynek D12 (Hala Sportowa), ul. Zelwerowicza 8, pok. nr 104.(Zakład Pływania i Obozownictwa)

Turnus I: do 14.12.2018r. (II TiR)

Turnus II: do 14.12.2018r.(III WF)

Turnus III: do 04.01.2019r. (I Turnus II WF, grupy: A, B, E, F, G, H + Gr. Europejszyk)

Turnus IV: do 11.01.2019r.(II Turnus II WF, grupy: C, D, I, J, K, L)

Turnus V: do 04.01.2019r. (Turnus WF s. niestacjonarne)

UWAGA!!!

Po doniesieniu dowodu wpłaty po upływie w/w terminów nie gwarantujemy wolnych miejsc na poszczególnych turnusach!

Miejsce obozu

Gromada Ośrodek Wypoczynkowy

Czarny Potok 39, 33-380 Krynica-Zdrój

Zakwaterowanie do godz. 12:30 w dniu rozpoczęcia obozu

Dojazd na miejsce we własnym zakresie

Wyposażenie:

- ciepłe ubranie sportowe - nie krępujące ruchów
- dwie kurtki (możliwość przemoczenia)
- rękawice NARCIARSKIE (mocne, nieprzemakalne, wskazane kilka par)
- kilka kompletów bielizny
- wysokie skarpety na narty ochraniające goleń
- czapka nie spadająca na oczy (mile widziany kask)
- gogle, okulary sportowe
- klapki
- dres
- krem z filtrem UV
- plecak do przenoszenia butów narciarskich na stok
- wygodne obuwie trzymające kostkę, na nie śliskiej podeszwie (trekkingowe)
- ortalion, lub inny nie przemakający komplet
- długopis, zeszyt – notes
- grzałki do butów
- **indeks**
- **DOBRY HUMOR!!! ☺**

Sprzęt narciarski uczestnik obozu organizuje sobie we własnym zakresie !

Istnieje możliwość wypożyczenia sprzętu narciarskiego na miejscu; narty, kije,
buty ok. 30 zł/dzień.

SPRZĘT NARCIARSKI:

- narty dopasowane do masy i wysokości ciała oraz umiejętności
- wiązania dopasowane do masy ciała i umiejętności – uwaga na sprzęt juniorski
- narty naostrzone i nasmarowane
- buty narciarskie mocno trzymające nogę
- wiązania bezpiecznikowe ze „**ski stoperami**” dopasowane do butów narciarskich
- kijki narciarskie zjazdowe dopasowane do wys. ciała – nie biegowe! Z „talerzykami”
- sprzęt sprawdzony w serwisie, siła wypięcia dostosowana do masy i umiejętności (potwierdzenie na piśmie – niezbędne w przypadku żądania odszkodowania przy ew. kontuzji)

W razie pytań prosimy o kontakt:

Szeremeta Katarzyna
Zakład Pływania i Obozownictwa
Wydział Wychowania Fizycznego UR
Email: zswiz@wp.pl
Tel. 017 785 49 94