

LISTA POGLĄDOWA RZECZY DO SPAKOWANIA NA OBÓZ LETNI

GRABINA 22-31.07.2026

PROSZĘ O SPRAWDZENIE POGODY KILKA DNI PRZED WYJAZDEM I EWENTUALNE ZMIANY W LIŚCIE RZECZY.

<p><u>SPRZĘT SPORTOWY :</u></p> <ul style="list-style-type: none">*judoga*dres (góra i dół)*ciepłe bluzy x2*buty sportowe (adidas) x2*krótkie spodenki x8*koszulki z krótkim rękawem do treningu x10*kłapki*strój kąpielowy/kąpielówki*kurtka nieprzemakalna <p><u>UBRANIA</u></p> <ul style="list-style-type: none">*bielizna na każdy dzień (majtki, skarpetki) + 2 zapasowe*wygodne buty do chodzenia - inne niż do trenowania (dodatkowo mogą być sandały)*czapka z daszkiem (obowiązkowo !!!)*krótkie spodenki do chodzenia x5*długie spodnie np. jeansy*bluzki do chodzenia z krótkim rękawem x10 <p><u>HIGIENA</u></p> <ul style="list-style-type: none">*ręczniki (2 duże + 1 mały, dodatkowo jeden oddzielny nad jezioro)*przybory toaletowe (Żel pod prysznic, szampon, szczoteczka i pasta do zębów, małe mydło)*chusteczki higieniczne*preparat na komary	<p><u>INNE</u></p> <ul style="list-style-type: none">*<u>bidon filtrujący wodę!</u>*książka / komiks*podręczny mały plecaczek*pieniądze w podpisanej kopercie (w nominałach 10 zł/20 zł)*leki oraz rozpiskę z dawkowaniem (godzina, nazwa leku, dawka – podpisane) <u>ODDAĆ</u> <p><u>TRENEROWI PODCZAS ZBIÓRKI</u></p> <ul style="list-style-type: none">*woda do picia na drogę*zegarek na rękę lub mały budzik (jeśli dziecko zna się na zegarku ;)*okulary przeciwsłoneczne*latarka*telefon komórkowy (podpisany) + ładowarka*blok rysunkowy, zeszyt, długopis, kredki*karty do gry, jeśli jest w domu można wziąć gry typu UNO, catan, dixit, warcaby itp – będzie 'wieczór gier'*krem z filtrem UV
--	--

PROSIMY NIE DAWAĆ DZIECIOM NA DROGĘ ORAZ OBÓZ SŁODYCZY, CHIPSÓW ORAZ NAPOJÓW GAZOWANYCH/KOLOROWYCH.

Jeżeli jest taka potrzeba, odpowiednio przed wyjazdem prosimy podać lek przeciw chorobie lokomocyjnej.

WSZYSTKIE LEKI WRAZ Z UPOWAŻNIENIEM PODANIA I DAWKOWANIEM PROSIMY PRZEKAZAĆ TRENEROWI PODCZAS ZBIÓRKI

Wszystkie ubrania młodszych uczestników obozu najlepiej gdyby były podpisane (po obozie w razie zguby łatwiej będzie je odnaleźć). Również młodszym dzieciom można zapakować maskotkę.

Ważne telefony:

kierownik obozu - Beata Hilt-Malczewska 509-739-989

Jacek Malczewski 796-179-795

Tomasz Dobrzyński 784-020-044

Stanisław Hilt 600-851-937