

# DĄBKI

kolonie i obozy wypoczynkowe,  
sportowe i tematyczne



**wiek uczestników: 7–10, 11–14,  
14–18 lat**



**czas trwania: 11 dni**



**atrakcje: gry, zabawy**



**nad morzem**



**Dąbki** to miejscowość o doskonałym położeniu – ma dostęp do Morza Bałtyckiego jak i jeziora Bukowo. Uzyskały status uzdrowiska dzięki specyficznemu mikroklimatowi, dużemu nasłonecznieniu, ciszy, spokojowi, bogatemu w jod morskiemu powietrzu, szerokiej piaszczystej plaży.

## PROGRAM DLA WSZYSTKICH

**1 DZIEŃ** Wyjazd zgodnie z rozkładem jazdy, przyjazd do Dąbek, w zależności od trasy ok. godziny 17:00-20:00, kolacja, zakwaterowanie i nocleg.

**2-10 DZIEŃ Realizacja wybranego programu i zajęcia wspólne dla wszystkich np.:** festiwal kolorów, spartakiady dla młodszych oraz starszych grup, mini playback show, baloniada, kolonijne/obozowe śluby, miejska gra tzw. „street game”, kąpiele morskie, plażowanie, ognisko, dyskoteki.

**11 DZIEŃ** Wyjazd po śniadaniu, powrót do poszczególnych miast wg rozkładu jazdy. Uwaga: w ostatnim turnusie 10 dni/ 9 nocy.

Harmonogram i intensywność zajęć uzależniona jest od pogody i od predyspozycji psychofizycznych dzieci.

## PROGRAM KOLONII 10 PRZYGÓD 7–10 lat

- sporty wodne: zabawa nad jeziorem Bukowo na trampolinie wodnej i w walcu zorbing pod okiem ratownika/animatora oraz dla chętnych banan za motorówką
- przygoda z tańcem – zajęcia taneczne z instruktorem
- przygoda z paintball'em – zabawa z zastosowaniem specjalnych markerów Paintball Splat Master – sprzęt różniący się od tradycyjnych markerów paintballowych – dostosowany do młodszej grupy wiekowej. Mniejsze i lżejsze kulki, nieduża siła uderzenia, bez bólu i siniaków
- dzień w pracowni plastycznej – kreatywne zajęcia pod okiem instruktora
- dzień gier – ktoś tego nie lubi! Cały dzień gry!
- wycieczka autokarowa do Darłowa lub Darłówka. Zapoznanie się z lokalnymi atrakcjami i miejscami godnymi obejrzenia. Na zakończenie wycieczki wspaniała zabawa w PARKU WODNYM JAN w Darłównu
- zabawa w parku rozrywki, znajdującym się przy OW DUET
- dzień sportowy – trenujemy koszykówkę, piłkę nożną, unihoc i ringo, a na zakończenie dnia spartakiada na plaży
- przygoda z kuchnią – sami zrobimy pyszne koktajle, sałatki, przekąski, każdy ma szansę zostać Master Szefem
- dzień psikusów – Uwaga – psikusy ustalamy z wychowa
- wata cukrowa – sami nauczymy się ją robić.

## PROGRAM KOLONII KOMANDOSI NA WYPASIE 7–10 LAT

- paintball Splat Master – paintball dla najmłodszych graczy na mniejsze i lżejsze kulki, nieduża siła uderzenia. Bez bólu i siniaków. Będziemy grać markerami sprężynowymi
- paintball tradycyjny – markerami na gaz. Możliwe scenariusze takie jak: kosmici, helikopter, obrona twierdzy, dominacja, smok. 100 kul na rozgrywkę. Uczestnicy otrzymają kombinezon, maskę, ochraniacz klatki piersiowej oraz ochraniacz szyi
- paintball laserowy – z wykorzystaniem najlepszej na rynku outdoorowej broni laserowej – Falcon. Bardzo lekka (940 g) i precyzyjna broń jest jednocześnie bezpieczna dla graczy i osób postronnych. Grać będziemy w lesie, pomiędzy dmuchanymi przeszkodami i na terenie ośrodka
- ASG – ćwiczenia na strzelniczy statycznej i dynamicznej. Strzelanie do celu z wiernych replik prawdziwej broni wyposażonych w kolimator lub lunetę. Na zakończenie zajęć konkurs strzelecki z nagrodami
- survival – budowa schronienia, rozpalanie ognia i przygotowanie jedzenia nad ogniskiem, gra wojenna „Granica”
- trening komandosa – trening samoobrony dostosowany do wieku uczestników
- test odwagi – budowa wieży ze skrzynek, przejście mostem linowym, skok zaufania
- mapa pirata – poszukiwanie skarbów za pomocą wykrywacza metalu
- wodne szaleństwo – zabawa nad jeziorem na trampolinie wodnej i w walcu zorbing pod okiem ratownika/animatora

- wycieczka do Parku Wodnego JAN w Darłównu
  - zabawa w parku rozrywki znajdującym się przy OW Duet
  - wata cukrowa – sami nauczymy się ją robić.
- Uwaga: należy zabrać z domu buty i ubrania „na zdercie”.

## PROGRAM KOLONII MALI ARTYŚCI 7–10 LAT

- malowanie koszulek – białe, bawełniane koszulki, dzięki farbom do tkanin, zmieniają się w bajecznie kolorowe dzieła sztuki
- decoupage – wykorzystanie techniki serwetkowej do stworzenia podkładek pod kubki lub zakładek do książek
- filcowa twórczość – tworzenie breloków i maskotek z kolorowych arkuszy filcowych
- oryginalne bransoletki – tworzenie bransoletek z wykorzystaniem Kumihimo- japońskiej sztuki tworzenia bransoletek i ozdób z zaplecionych sznurków
- scrapbooking – projektowanie i tworzenie pamiątkowych kartek i zakładek
- oryginalne torby – malowanie bawełnianych toreb
- papierowa biżuteria – kolczyki, wisiorki, naszyjniki z kolorowych pasków papieru
- makramowe supełki – tworzenie ozdób ze specjalnie wiązanych sznurków. Można stworzyć biżuterię albo oryginalne słuchawki do telefonu
- wycieczka do Parku Wodnego JAN w Darłównu
- wodne szaleństwo na trampolinie wodnej i walcu zorbing pod okiem ratownika/animatora
- zabawa w parku rozrywki znajdującym się przy OW Duet
- wata cukrowa – sami nauczymy się ją robić.

## PROGRAM OBOZU BEZ NUDY 11–14 LAT, 14–18 LAT

Przygotowaliśmy dla Was 14 propozycji. Każdy może wybrać z nich 9 jakie chce realizować. Decyzja – w karcie kwalifikacyjnej lub na miejscu.

- lekcja windsurfingu lub na wakeboardzie lub nartach wodnych na jeziorze Bukowo
  - przejażdżka motorówką lub rowery wodne po jeziorze
  - banan za motorówką
  - warsztaty hand-made (farbowanie koszulek lub toreb)
  - warsztaty aktorskie lub taneczne
  - paintball tradycyjny lub laserowy
  - wycieczka do Darłówna i parku wodnego JAN w Darłównu
  - wodne szaleństwo na trampolinie wodnej i walcu zorbing
  - dzień lenia – luz blues, nic nie robimy, chyba, że nam się zachce
  - dzień świra – tylko prawdziwi wariaci wiedzą co będzie się działo, ogranicza Was jedynie kreatywność i... wychowawca, który czuwa na całością.
- Grupy wiekowe – w zależności od ilości osób realizowane są oddzielnie lub łącznie.

## PROGRAM OBOZU REKREACJA I SPORT NA BOGATO 11–14 LAT, 14–18 LAT

Codziennie zajęcia i rozgrywki sportowe:

- koszykówka, plażowa piłka siatkowa, piłka nożna, tenis stołowy
- unihoc, rugby, ringo i freezby
- zajęcia FIT i kondycyjne
- wyjazd do Darłówna do Parku Wodnego JAN

Dodatkowo do wyboru 3 atrakcje z niżej wymienionych (decyzja na miejscu lub w karcie kwalifikacyjnej):

- lekcja jazdy na nartach wodnych lub na wakeboardzie
- lekcja windsurfingu
- banan za motorówką
- paintball tradycyjny
- paintball laserowy
- warsztaty taneczne
- warsztaty plastyczne (malowanie koszulki lub torby).

Grupy wiekowe – w zależności od ilości osób realizowane są oddzielnie lub łącznie.



### PROGRAM OBOZU PAINTBALL 11–14 LAT, 14–18 LAT

- zajęcia będziemy realizować z podziałem na grupy według preferencji uczestników.
  - W paintball zagramy minimum 5 razy, do wykorzystania 1000 kul na osobę
  - speedball – rozgrywki z wykorzystaniem dmuchanych przeszkód
  - woodball – paintball leśny poprzedzony szkoleniem taktycznym oraz maskowaniem
  - nightball – paintball nocny, zajęcia połączone z nocowaniem w lesie
  - laserowy paintball – rozgrywka na bazie gry komputerowej
  - survivalowa wioska – budowa bazy survivalowej z ziemiankami, szałasami, orlim gniazdem, podstawowa wiedza survivalowa, trawersowanie bagien
  - techniki linowe – budowa wieży ze skrzynek, zjazd z budynku, most linowy
  - samoobrona – podstawowe sposoby obrony w różnych sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia
  - zagubieni – gra terenowa oparta na fabule filmu „Lost”
  - Należy zabrać: śpiwór, survivalowy nóż, mały plecak, mile widziany własny niezbędnik: kubek i sztućce oraz menażka: zamykany pojemnik na jedzenie.
- Zapewniamy: maskę ochronną, mundur, ochraniacz na klatkę piersiową, szycie, rękawiczki. Grupy wiekowe – w zależności od ilości osób realizowane są oddzielnie lub łącznie.

### PROGRAM OBOZU WARSZTATY HAND MADE 11–17 LAT

- malowanie bawełnianych toreb
- decoupage – wykorzystanie techniki serwetkowej do stworzenia ramek na zdjęcia z wakacji lub podkładek pod kubki
- oryginalne bransoletki – tworzenie bransoletek z wykorzystaniem Kumihimo- japońskiej sztuki tworzenia bransoletek i ozdób z zaplecionych wstążek
- papierowa biżuteria – kolczyki, wisiorki, naszyjniki z kolorowych pasków papieru
- kolorowe koszulki – oryginalnie malowane T-shirty
- scrapbooking – projektowanie i tworzenie ciekawych notesów
- zabawne maskotki – tworzenie breloków i maskotek z kolorowych arkuszy filcowych
- makramowe supełki – tworzenie ozdób ze specjalnie wiązanych sznurków. Można stworzyć biżuterię albo oryginalne słuchawki do telefonu
- wycieczka do Darłówek i parku wodnego JAN.

### ■ ZAKWATEROWANIE I WYŻYWIENIE

**Ośrodek Wypoczynkowy DUET** tel. (94) 3148123, adres: ul. Wydymowa 6, 76-156 Dąbki. Położony jest nad brzegiem Bałtyku, przy zejściu na plażę. Od morza dzieli nas pas leśny – 50m. Duet ma własny duży, bezpieczny i ogrodzony teren. Uczestnicy kolonii i obozów zakwaterowani są w głównym budynku A – w **pokojach** 4, 5 i 6-osobowych z łazienkami, w niektórych pokojach łóżka piętrowe. **Pokoje** posiadają TV, balkon. Ośrodek zapewnia pościel, ale nie zapewnia ręczników. W tym samym budynku znajduje się recepcja, gabinet lekarski (pielęgniarka na miejscu, lekarz dochodzący) oraz izolatka dla dzieci chorych. Uczestnicy są zakwaterowani w pokojach zgodnie z programami, jeżeli nie ma takiej możliwości to młodzież i dzieci kwaterujemy wg grupy wiekowej. Na terenie OW DUET znajdują się: darmowa sieć WiFi na terenie całego budynku, boiska z nawierzchnią syntetyczną do: siatkówki, koszykówki, piłki ręcznej i nożnej, boisko do siatkówki plażowej, tor przeszkód, pajak linowy, drewniany plac zabaw, miejsce na ognisko ze sprzętem do piczenia kielbasek, sale ze sprzętem dyskotekowym, TV, DVD, stoły do ping-ponga, bilard, piłkarzki, park rozrywki a w nim: unihokej, park linowy, młyńskie koło, żyroskop, kręgle plenerowe, bilard maxi, strzelnica do dinozaurów, labirynt, mini golf, ping-pong, ścianka wspinaczkowa/ ruchoma/, mega szachy.

**Wyżywienie:** 3 posiłki dziennie, podwieczorek – śniadania i kolacje w formie bufetu i suchy prowiant na drogę powrotną.

### ■ ŚWIADCZENIA ZAWARTE W CENIE

- 10 noclegów w pokojach z łazienkami (9 noclegów w ostatnim turnusie)
- wyżywienie 3 posiłki dziennie, podwieczorek; suchy prowiant na drogę powrotną
- opiekę kadry pedagogicznej i instruktorskiej, ratownika, opiekę medyczną i podstawowe leki
- wszystkie koszty programowe
- dodatkowe ubezpieczenie (NNW 10 000 PLN/os.)

- opłatę klimatyczną
- CD ze zdjęciami z turnusu, pamiętkowe gadżety

### ■ DODATKOWE OPŁATY

- dopłata do transportu (zgodnie z informacją w rozkładzie jazdy na [www.atas.pl](http://www.atas.pl))
- kaucja zwrotna w wysokości 30 PLN/os. (na ewentualne szkody wyrządzone przez uczestników, zbierana pierwszego dnia przez opiekuna, a zwracana w ostatnim dniu po wykwaterowaniu)

### ■ DODATKOWE UBEZPIECZENIE

- ubezpieczenie od kosztów rezygnacji: 3% całkowitej wartości ceny

### ■ WAŻNE INFORMACJE

- pełna lista rzeczy niezbędnych do spakowania znajduje się na stronie
- cena nie zawiera prowiantu w drodze do Dąbek
- proponowane kieszonkowe 100–150 PLN
- możliwa dieta (bezglutenowa, wegetariańska, bez laktozy) – 100 PLN

### ■ TRANSPORT

Dojazd własny: prosimy o przybycie do ośrodka OW DUET na godzinę 18:00 pierwszego dnia obozu/kolonii i odbiór ok. godziny 09:00 rano w dniu wyjazdu.

Dojazd autokarem: pod opieką kadry (szczegółowy rozkład na [www.atas.pl](http://www.atas.pl)). Prosimy o przybycie na miejsce zbiórki ok. 15 minut przed planowaną godziną odjazdu.

Miejscowość	Miejsce zbiórki	Wyjazd	Powrót	Dopłata
WYJAZD Z PONIŻSZYCH MIAST JEST POTWIERDZONY				
Bydgoszcz	Dw. PKS st. 17–19, ul. Jagiellońska 58	15:00	13:00	150 PLN
Gdańsk	Dw. PKS, st. 10, ul. 3 Maja 12	13:30	13:30	100 PLN
Katowice	Dw. Autobusowy st. 1–3, ul. P. Skargi	05:30	22:00	300 PLN
Kraków	Dw. Autobusowy Czyżyny	03:00	01:00*	300 PLN
Łódź	Nowa stacja BP przy A1, Rondo na ul. Józefa przy ul. Kątnej	09:00	18:00	150 PLN
Opole	Dw. PKS, st. 12, ul. 1 Maja 4	06:30	21:00	200 PLN
Poznań	Nowy Dw. PKS st.13–19, ul. Matyi 2	12:00	16:00	150 PLN
Szczecin	Parking przy Trasie Zamkowej, Pl. Żołnierza Polskiego 6	16:00	13:00	150 PLN
Warszawa	Dw. Zach. PKS st. 10–11, Al. Jerozolimskie 144	09:00	19:00	150 PLN
Wrocław	Dw. Autobusowy, ul. Sucha 1	08:00	19:30	200 PLN

### ■ TURNUSY I CENY

KOLONIE 7–10 LAT POP-OKD	10 PRZYGÓD	KOMANDOSI NA WYPASIE	MALI ARTYŚCI
25.06–05.07.2018	1495 PLN	1595 PLN	1595 PLN
06.07–16.07.2018	1595 PLN	1695 PLN	1695 PLN
17.07–27.07.2018	1595 PLN	1695 PLN	1695 PLN
28.07–07.08.2018	1495 PLN	1595 PLN	1595 PLN
08.08–18.08.2018	1495 PLN	1595 PLN	1595 PLN
19.08–28.08.2018	1395 PLN	1495 PLN	1495 PLN

OBOZY 11–18 LAT POP-OKD	BEZ NUDY	REKREACJA I SPORT NA BOGATO	PAINTBALL	WARSZTATY HAND MADE
25.06–05.07.2018	1695 PLN	1595 PLN	1695 PLN	1595 PLN
06.07–16.07.2018	1795 PLN	1695 PLN	1795 PLN	1695 PLN
17.07–27.07.2018	1795 PLN	1695 PLN	1795 PLN	1695 PLN
28.07–07.08.2018	1695 PLN	1595 PLN	1695 PLN	1595 PLN
08.08–18.08.2018	1695 PLN	1595 PLN	1695 PLN	1595 PLN
19.08–28.08.2018	1595 PLN	1495 PLN	1595 PLN	1495 PLN