

Zgrupowanie pływackie SOLINA: 24 – 31 sierpnia 2023



**K L U B
P Ł Y W A C K I**
sikret-plywanie.pl

Wyjazd i powrót będzie organizowany z terenu parkingu Centrum Handlowego „AUCHAN” w Gliwicach ul. Rybnicka 207. Szczegóły wyjazdu poniżej.

***UWAGA !!!** - obowiązkowe dokumenty do pobrania ze strony klubowej z zakładki „Dokumenty” i do dostarczenia do 22 sierpnia 2023 na portiernię Zespołu Szkół Łączności w Gliwicach ul. Warszawska 35.*

- Karta obozowa
- Regulamin obozu
- Klauzula informacyjna
- Zgoda wizerunek
- Zgoda „jodek”

PAKOWANIE ROWERÓW !!!

>>> WTOREK 22 sierpnia 2023 - dostarczenie rowerów godz. 15.30 - 16.00.

Miejsce pakowania rowerów - boisko sportowe Zespołu Szkół Łączności w Gliwicach ul. Warszawska 35 (wjazd na boisko za basenem Delfin)

Rowery należy zabezpieczyć w piankowe otuliny do rur PCV.

Proszę rowerów nie owijać workami ani innymi foliami. Kto ma jakiś stary koc lub poszwę również można przywieźć.

Informacje ogólne:

- ✓ **Wyjazd: 24 sierpnia 2023 (czwartek) - Parking przy CH Auchan w Gliwicach, ul.Rybnicka 207**

Zbiórka: - godz. 7.00

Wyjazd: - godz. 7.30

- ✓ **Powrót: 31 sierpnia 2023 (czwartek) - Parking przy CH Auchan w Gliwicach, ul.Rybnicka 207**

Przyjazd: - w godzinach popołudniowo-wieczornych - szczegółowe informacje będą podane w dniu powrotu na naszym klubowym FB.

INFORMACJE OGÓLNE:

1. Zbiórka na parkingu pod Auchan przy ul. Rybnickiej od godz.7.00. BARDZO proszę nie przyjeżdżać wcześniej.

2. Prosimy parkować samochody w odległości min. 15m od autokaru, im dalej tym lepiej. Mamy duży parking więc tym bardziej nie ma potrzeby tłoczyć się samochodami przy autokarze.
3. Bardzo prosimy aby rodzice nie wchodzili do autokaru.
4. W okolicę autokaru podchodzimy tylko w celu przekazania trenerom dokumentów/ pieniędzy uczestników oraz przekazania lekarstw. Proszę również czekać na informację o wpuszczaniu dzieci do autokaru.
5. Pieniądze rozmiennie po 10 zł proszę przygotować w podpisanej kopercie otwartej (w celu przeliczenia), a lekarstwa w zamkniętym i podpisanym (imię i nazwisko oraz dawkowanie) woreczku, również do przekazania trenerom.
6. Na autokarze na szybach będą wyklejone grupy treningowe. Proszę podejść zrobić zdjęcie i nie gromadzić się przy listach tak aby każdy mógł bezpiecznie zapoznać się z nimi.
7. Po stwierdzeniu obecności ponad 50% uczestników rozpoczniemy wpuszczanie obozowiczów do autokaru.
8. Po przyjeździe na parking proszę pozostawić bagaż przy autokarze. Kierowcy odpowiadają za pakowanie bagaży.
9. I bardzo prosimy o wyrozumiałość i cierpliwość przy organizacji tego wyjazdu 😊 Nic nas nie goni z wyjazdem więc wyruszymy jak wszystko dopniemy na ostatni guzik 😊

Niezbędnik obozowy pływaka:

- kieszonkowe (wg uznania ok. 120 zł) w drobnych banknotach w podpisanej kopercie przygotowane do przekazania trenerom przed autokarem
- podstawowa apteczka jeżeli jest potrzebna wg uznania oraz leki stałe w przypadku leczenia przewlekłego.
- odpowiednie rzeczy do ubrania ale z dużym umiarem. Obozowicze i tak lubią chodzić w kilku rzeczach na zmianę.
- bielizna: ilość dni plus 2 komplety na zapas.

Strój sportowy:

- strój sportowy taki jak na lekcje w-f oraz do zajęć w terenie w tym dres i odpowiednie obuwie.
- 2 czepki kąpielowe,
- 2 stroje kąpielowe,
- 3 ręczniki kąpielowe,
- klapki,

Dodatkowo:

- mały plecak
- kurtka przeciwdeszczowa,
- czapka z daszkiem lub chusta
- bluza z kapturem,
- olejek do opalania z filtrem min 10 UV,
- preparat na komary i kleszcze,
- latarka

- mała zgrzewka wody mineralnej (butelki 0,5 - 0,7 L nie większe). Zgrzewka musi być podpisana.

Można ze sobą zabrać: gry planszowe, okulary pływackie, bidon, **plussssz multiwitamina, koncentrat izotoniczny w proszku.**

I proszę pamiętać jak zawsze o uśmiechu i dobrym humorze :)