

Zimowa Szkoła Przetrwania II stopnia

Rozsądek, odwaga, wytrzymałość, a przede wszystkim znajomość specjalistycznych technik zimowego survivalu umożliwi przetrwanie nawet w najtrudniejszych warunkach! Czy odważysz się stanąć twarzą w twarz z surową tatrzańską aurą?

Uczestnicy obozu Zimowa Szkoła Przetrwania poznają sekrety sztuki przetrwania opracowane przez najwytrwalszych podróżników. W trakcie całego, bardzo aktywnego, tygodnia na własnej skórze przekonają się jak należy poradzić sobie podczas zimowego survivalu.

Białe szaleństwo:

- codzienne zajęcia na stoku pod opieką instruktora*
- nauka podstaw i doskonalenie techniki jazdy na nartach / snowboardzie*

Budowanie schronienia:

- wybór miejsca
- okopywanie namiotu
- typy schronień
- budowanie jam śnieżnych

Przetrwanie:

- sztuka rozpalania ognia
- pożywienie na wyprawach – prawidłowa suplementacja
- rola nawadniania organizmu – topienie śniegu
- zimowa przyroda – życie zwierząt, roślin i ptaków

Orientacja i poruszanie się w terenie:

- ogólne zasady, posługiwanie się mapą, kompasem i GPS`em
- wyznaczanie kierunków świata za pomocą gwiazd i zjawisk przyrodniczych
- poruszanie się po śniegu, wybór odpowiedniej trasy asekuracja lotna

Naturalne zagrożenia – góry zimą:

- lawiny, półki śnieżne, cienki lód, szczeliny i góry lodowe
- prawidłowy ubiór w górach, meteorologia
- hipotermia, odmrożenia, ślepotą śnieżną
- pierwsza pomoc

Adrenalina:

- jeżdżenie quadem po śniegu
- wyprawa szlakami tatrzańskiego parku narodowego
- hamowanie czekaniem, techniki wydobywania się ze szczelin
- zasady używania sondy lawinowej
- tajniki pracy ratownika górskiego

Dodatkowo w programie:

- biała integracja – gry i zabawy integracyjne na śniegu
- karaoke, konkursy i quizy

- szalone wieczory imprezowe
- uroczyste zakończenie obozu

Atrakcje fakultatywne**:

- ConsoleRoom - do dyspozycji uczestników będą konsole Playstation 3 z kontrolerem Move, Nintendo Wii
- BandHero – niesamowita gra muzyczna
- zawody na matach tanecznych DDR
- GamesRoom – największy w Polsce obozowy zbiór gier planszowych
- fabularne gry terenowe (CTF)
- szkoła fechtunku – pojedynki na miecze otulinowe
- wielka bitwa śnieżna
- wieczorne projekcje filmowe

* grupy narciarska lub snowboardowa utworzone będą przy min. 5 zainteresowanych uczestnikach

** wybór zajęć w zależności od preferencji poszczególnych grup.

ZAKWATEROWANIE

Pokoje 2-5 osobowe z łazienkami w pensjonacie „Pasternik” w Małym Cichym. Przepiękna, zagubiona wśród podtatrzańskich lasów osada urzeka ciszą, spokojem i niezapomnianymi widokami.

Pensjonat „Pasternik” położony jest na skraju lasu, nad Potokiem Filipczańskim. Na terenie ośrodka znajdują się: jadalnia, świetlica, sala dyskotekowa, oraz miejsce ogniskowe.

WYŻYWIENIE

Cztery posiłki dziennie na terenie ośrodka – śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja. Obóz zaczyna się śniadaniem w dniu przyjazdu, a kończy obiadem w dniu wyjazdu. Uczestnicy otrzymają suchy prowiant na drogę powrotną.

TERMINY I CENY

I: 15.01.2012 – 21.01.2012	999 zł
II: 22.01.2012 – 28.01.2012	999 zł
III: 05.02.2012 – 11.02.2012	999 zł
IV: 12.02.2012 – 18.02.2012	999 zł

TRANSPORT

Transport za dopłatą pod opieką pilota tranzytowego z największych miast w Polsce. Szczegóły w Regulaminie dojazdów. Dojazd i odbiór własny uczestników odbywa się w wyznaczonych godzinach.

CENA ZAWIERA

Aktywny program, opiekę wykwalifikowanej kadry pedagogicznej, opiekę instruktora na stoku, karnety na wyciągi, sprzęt niezbędny do przeprowadzenia zajęć, upominek - płyta CD ze zdjęciami, nagrody dla

zwycięzców rywalizacji obozowej, zakwaterowanie 6 noclegów, wyżywienie 4 posiłki dziennie, ubezpieczenie NNW.

ZA DOPŁATĄ

Wypożyczenie sprzętu narciarskiego/snowboardowego – 200 zł.

CO ZABRAĆ?

Wygodny i ciepły strój do zajęć w terenie, wygodne obuwie do wędrówek pieszych, ciepłą bluzę lub polar, ubranie przeciwdeszczowe, czapkę, szalik i rękawiczki, sprzęt narciarski/snowboardowy (narty/deska, kijki, gogle, KASK), odzież do zajęć na stoku, krem z filtrem UV, mały plecak, latarkę, notatnik i przybory do pisania. LEGITYMACJĘ SZKOLNĄ, NUMER PESEL.