UCZESTNIK OBOZU LETNIEGO POWINIEN STAWIĆ SIĘ:

najpóźniej o godzinie 10:00

20.06.2017

w Centrum Konferencyjnym Szelment 1

szczegółowe dane o lokalizacji są tu: http://www.centrumszelment.pl/img/mapa_szelment.jpg

1. UBRANIE SPORTOWE NA ZMIENNE WARUNKI POGODOWE:

a. buty do wody (sportów wodnych)
b. buty sportowe 2 pary: adidasy i trampki oraz zapasowe sznurówki
c. skarpety sportowe 2 pary
d. kąpielówki (strój kąpielowy)
e. szorty (spodenki sportowe)
f. spodnie dresowe
g. dwie bawełniane koszulki
h. bluza dresowa
i. płaszcz przeciwdeszczowy (foliowy)
j. czapka z daszkiem i ewentualnie okulary przeciwsłoneczne
k. duży ręcznik frotte na zajęcia w wodzie

2. UBRANIE NA ZMIANĘ

a. klapki
b. skarpety
c. bielizna
d. spodnie długie i ewentualnie dodatkowo krótkie
e. koszulki
f. bluza polar
g. piżama

3. PRZYBORY TOALETOWE

a. dodatkowy ręcznik do czynności toaletowych
b. szczoteczka i pasta do zębów
c. mydło, szampon
d. niezbędne środki do higieny: włosów, twarzy itd.
e. szczoteczka do paznokci (do czyszczenia odzieży sportowej)

4. INNE

a. krem z filtrem przeciwsłonecznym
b. wodoszczelny worek foliowy mogący pomieścić ręcznik i ubranie na zmianę
c. dokument tożsamości