



## **PORADNIK OBOZOWICZA:** **czyli jak najlepiej wyekwipować się na obóz** **organizowany przez Szkołę Pływania Pana Maćka:**

- Ważna legitymacja szkolna
- **Wypełniona karta obozowa**
- **Kserokopia ważnej Książeczki Zdrowia lub odcinek opłaconego ubezpieczenia**
- Minimum dwie pary obuwia sportowego
- Trampki o podeszwie gumowej - zajęcia windsurfingowe,
- Dwie pary spodni dresowych plus bluza (najlepiej polarowa - szybko schnie)
- Śpiwór – obóz w Radziczu
- Zalecane: koszulka moro, spodnie długie moro – zajęcia survivalowe
- Kurtka przeciwdeszczowa
- Krótkie spodnie
- Czapka z daszkiem
- Skarpety na każdy dzień pobytu
- Bielizna na zmianę
- Kilka podkoszulek
- Strój kąpielowy
- Przybory toaletowe
- Dwa ręczniki
- Mały plecak - wycieczki piesze i rowerowe (plecak z szelkami na obydwa ramiona)
- Środki przeciwko kleszczom i komarom
- Latarka
- Klapki
- Okulary przeciwsłoneczne
- Krem ochronny przeciwsłoneczny z wysokim filtrem UV (min.30)