

Ramowy plan obozu

20.08.2017

8:30- wyjazd spod Manufaktury

ok. 15:00- przyjazd, zakwaterowanie, obiad

16:00- apel, zapoznanie się z regulaminami obozu, ośrodka, boisk, placu zabaw, itp. Zapoznanie się z przepisami BHP i PPOŻ

17:00- zajęcia z opiekunem

18:00- kolacja

19:30- trening karate

21:30- toaleta wieczorna

22:00-cisza nocna

21.08.2017

7:00-pobudka

7:15- rozruch

8:30- apel

9:00- śniadanie

10:00- trening karate

11:30-zajęcia z opiekunem

14:00- obiad 15:00-trening karate/motoryczny

16:30- zajęcia z opiekunem

18:30- kolacja

19:30- zajęcia integracyjne (dyskoteka, projekcje filmów, wybory miss i mistera, mam talent, karaoke, itp.)

21:30- toaleta wieczorna

22:00-cisza nocna

22.08.2017

7:00-pobudka

7:15- rozruch

8:30- apel

9:00- śniadanie

10:00- trening karate

11:30-zajęcia z opiekunem

14:00- obiad 15:00-trening karate/motoryczny

16:30- zajęcia z opiekunem

18:30- kolacja

19:30- zajęcia integracyjne (dyskoteka, projekcje filmów, wybory miss i mistera, mam talent, karaoke, itp.)

21:30- toaleta wieczorna

22:00-cisza nocna

23.08.2017

7:00- pobudka

8:00- śniadanie

8:30- apel, wyjazd do Energylandii

18:00- powrót z wycieczki

18:45- obiadokolacja

19:30- zabawa we flagi

24.08.2017

7:00-pobudka

7:15- rozruch

8:30- apel

9:00- śniadanie

10:00- trening karate

11:30-zajęcia z opiekunem

14:00- obiad 15:00-trening karate/motoryczny

16:30- zajęcia z opiekunem

18:30- kolacja

19:30- zajęcia integracyjne (dyskoteka, projekcje filmów, wybory miss i mistera, mam talent, karaoke, itp.)

21:30- toaleta wieczorna

22:00- cisza nocna

25.08.2017

7:00-pobudka

7:15- rozruch

8:30- apel

9:00- śniadanie

10:00- trening karate w formie turnieju

14:00- obiad

15:00-trening karate/motoryczny

16:30- zajęcia z opiekunem

18:30- kolacja

19:30- zajęcia integracyjne (dyskoteka, projekcje filmów, wybory miss i mistera, mam talent, karaoke, itp.)

21:30- toaleta wieczorna

22:00- cisza nocna

26.08.2017

7:00-pobudka

7:15- rozruch

8:30- apel

9:00- śniadanie

10:00- trening karate

11:30-zajęcia z opiekunem

14:00- podsumowanie obozu

18:30- kolacja

19:30- zajęcia integracyjne (dyskoteka, projekcje filmów, wybory miss i mistera, mam talent, karaoke, itp.)

21:30- pakowanie, toaleta wieczorna

22:00-cisza nocna

27.08.2017

7:00- pobudka

7:30- pakowanie

9:00- śniadanie

9:15- wyjazd

15:00- przyjazd do Manufaktury.