

Ustka - obóz Fit Camp

OW Włókniarz (Ustka, Polska)
14-18 lat

Cena już od **0.00 zł**

OPIS

Bądź zawsze w świetnej formie! **Będzie dużo aktywności** (spacery, wyjścia do aquaparku, wycieczka rowerowa, jogging, gry zespołowe czy ćwiczenia na plenerowej siłowni), a do tego **relaks w ogrodowym jacuzzi**, mnóstwo energii, pozytywnych wibracji, dobrej zabawy, czyli krótko mówiąc **będziemy promować zdrowy styl życia!** Nie zabraknie oczywiście letnich atrakcji jak plażowanie i kąpiele w morzu, czy po prostu wakacyjnego luzu.

Razem rozwiemy zdrowe nawyki żywieniowe i aktywność fizyczną, które sprawią, że poczujesz się świetnie!

ZAKWATEROWANIE

OW WŁÓKNIARZ położony jest w sosnowym lesie w turystyczno-wypoczynkowej części Ustki, w niedalekiej odległości od centrum miasta i głównej promenady (ok. 10 minut spacerkiem) i zaledwie 50 m od plaży (**bezpośrednie zejście na plażę**). **Na terenie ośrodka znajduje się:**

- boisko do siatkówki plażowej,
- **zewnętrzna siłownia,**
- bilard,
- stół do ping-ponga,
- sala dyskotekowa / świetlica,
- miejsce na ognisko/grilla,
- Wi-Fi w holu recepcji,
- **strefa relaksu BUT z jacuzzi, leżakami i pufami.**

Teren ośrodka jest ogrodzony i całodobowo monitorowany. W odległości ok. 750 m znajduje się **kompleks sportowy ORLIK** z trawiastym boiskiem do piłki nożnej oraz boisko wielofunkcyjne (siatkówka, koszykówka).

Dla Waszego bezpieczeństwa zapewniamy opiekę medyczną - pielęgniarkę w ośrodku.

Mieszkać będziecie w murowanych domkach (bungalow) z tarasem, w pokojach typu studio (2+3, 3+3) ze wspólną łazienką.

PROGRAM

ZDROWE ODŻYWIANIE

- kilka słów jak **ważne jest to co jemy i czego powinniśmy unikać**, aby mieć piękną skórę, ładną sylwetkę i czuć się zdrowo,
- zrobimy **witaminowe sałatki i owocowe shoty**,

SPACERY

- cel: codzienna prosta i łatwa dawka zdrowia i relaksu, poprawa kondycji i redukcja stresu,
- ilość godzin: bez ograniczeń, codzienne wyjścia umożliwiające wykonanie **conajmniej 10 tys kroków** (tj. dystans ok. 8 km),
- miejsce: najbliższe okolice Ustki, orzechowskie klify i wydmy, wyjścia na wschód/zachód słońca,
- **każdy uczestnik otrzyma komplet kijków do nordic walking**,

AQUAPARK

- cel: wzmocnienie wszystkich grup mięśni, łagodzenie bólów kręgosłupa, pomoc w utrzymaniu zdrowej wagi, redukcja stresu, ale także zabawa i sposób na spędzeniu czasu z przyjaciółmi,
- ilość godzin: **2 wejścia po 1 godzinie każdy**,
- miejsce: [w hotelu Grand Lubicz](#)***** oddalonym zaledwie 500 m od naszego Ośrodka!

ROWER

- cel: poprawa kondycji fizycznej i poprawa samopoczucia poprzez kontakt z naturą i poznawanie nowych miejsc, ale też ekologiczny sposób transportu,
- ilość godzin: **2 wycieczki pół dniowe**,

POZOSTAŁE AKTYWNOŚCI

- **poranny jogging**,
- **park linowy** - pełna emocji przygoda na wysokościach, weryfikacja zwinności podczas pokonywania przeszkód pomiędzy drzewami,
- **korzystanie z siłowni plenerowej**,
- **gry zespołowe** - piłka nożna, koszykówka, a może siatkówka, to zależy od Was, jaki sport preferujecie. Korzystać będziemy z profesjonalnych boisk na terenie OSiR Ustka.

Piana Party & Fotobudka MEGA HIT

- Szalona zabawa w pianie, energetyczna muzyka, światła i pamiątkowe zdjęcia jak z najlepszych eventów. Bo wspomnienia tworzy się właśnie tutaj.

CHILLOUT - SUN & FUN

- **kąpiele w morzu** pod opieką ratownika WOPR,
- **relaks** i słoneczne kąpiele **na plaży** a do tego odrobina aktywności – **animacje** przygotowane i **prowadzone przez BUT Kadre,**
- **Bunkry Bluchera** - zwiedzanie tajemniczej Twierdzy,
- rejs statkiem - **rejs po morzu** statkiem Dragon stylizowanym na XVII wieczny galeon (atrakcja dla chętnych osób, wstęp płatny dodatkowo ok 50 zł/os),
- **pizza party,**
- **holi** - indyjskie święto radości i festiwal koloru - niezapomniana walka na kolorowe proszki, **HIT LATA**
- **speed dating** - zabawna gra integracyjna w formie krótkich rozmów, dzięki której uczestnicy będą mogli szybko i lepiej się poznać oraz nawiązać nowe przyjaźnie,
- **turniej Chłopaki vs Dziewczyny** - seria zabawnych konkurencji sportowych i umysłowych, gdzie chłopcy i dziewczyny rywalizują o tytuł najlepszej drużyny,
- **obozowy jarmark różnaitości** - każdy uczestnik będzie mógł zaprezentować swoją firmę w gronie innych obozowych przedsiębiorców,
- **gra terenowa,**
- **balonowa bitwa wodna,**
- wieczór filmowy,
- **karaoke challenge,**
- **ognisko/grill z pieczeniem kiełbasek,**

STREFA CHILLOUT, SPA & PARTY **HIT LATA**

- **strefa relaksu, odpoczynku i aktywności w towarzystwie światełek nadających klimat,**
- **SPA w ogrodowym jacuzzi,**
- **hamaki, pufy piłki, leżaki, koce piknikowe i stoliki "na wyspie "** dla chcących poleniuchować,
- **letnie kino na leżakach z pokazami na mega ekranie, NOWOŚĆ!**
- **garden games m.in.** mega jenga, mega twister, dixit, power of tower - gra integracyjna, speed-ball i inne,
- **Hawaiian Party Night** - przenieś się na egzotyczne Hawaje! Zabawa w rytmach tropikalnej muzyki. Ubierz się w najbardziej kolorowe stroje i dołącz do wieczoru pełnego tańca, radości i hawajskiej atmosfery!
- **różnorodne wieczory tematyczne, przygotowane wspólnie z BUT Kadre,** wypełnione Waszą ulubioną muzyką, gramami i integracją, które zapewnią niezapomnianą zabawę!
- **wellbeing & asertywność:** emocje, poczucie własnej wartości, asertywność, zdrowy styl życia itp. w grach i zabawach. **NOWOŚĆ!**

Chętni mogą skorzystać z atrakcji fakultatywnych - atrakcje dodatkowo płatne.

KADRA

RAFAŁ KORDOWSKI

Pan Rafał to kierownik, który na obozie potrafi przejść ster – ale bez gwizdka i krzyku. Działając z uśmiechem, dobrym nastawieniem i przemyślanym planem, tak aby wszystkim było łatwiej i przyjemniej. Jako nauczyciel wie, że najlepsze akcje wychodzą wtedy, gdy obowiązują jasne zasady, których wszyscy przestrzegają, przy odrobinie luzu i dobrej zabawy.

Podróże to jego sposób na badanie baterii – odwiedził już wiele krajów. Angielski to jego pasja, która przydaje się nie tylko w pracy w szkole, ale też w kontaktach z ludźmi z całego świata. Gdy trzeba podjąć decyzję – pan Rafał robi to pewnie, a gdy czas na śmiech przy ognisku – zawsze stoi w pierwszej linii.

Pana **Rafała spotkacie na obozie w [Ustce](#)**

CO JEMY

3 posiłki + deser w klimatyzowanej stołówce ośrodka. Pierwszy posiłek kolacja, ostatni posiłek śniadanie + suchy prowiant.

TRANSPORT

Dzień 1	wyjazd wg rozkładu jazdy, przyjazd do ośrodka około godz 17:00 , zakwaterowanie, powitanie obozowiczów, przedstawienie programu i wycieczek fakultatywnych, kolacja, walk around czyli runda po Ustce/przywitanie z morzem
Dzień 2-9	wypoczynek zgodnie z opisem programu
Dzień 10	śniadanie, suchy prowiant, wykwaterowanie, wyjazd z ośrodka około godz 10:00 , przejazd przez Polskę wg rozkładu jazdy

INFORMACJE TRANSPORTOWE

Transport do/z obozu odbywa się pod opieką wykwalifikowanych wychowawców/konwojentów. Kierownik obozu oczekuje na uczestników obozu bezpośrednio w obiekcie docelowym.

Dzieci mające dojazd własny prosimy o przyjazd o godzinie wskazanej w tabeli jako czas przyjazdu do ośrodka. Wcześniej nie zapewniamy opieki.

Obowiązuje limit bagażu -> 1 bagaż główny o sumie wymiarów nie przekraczających 160 cm (wysokość x szerokość x głębokość) + 1 bagaż podręczny (max 5 kg).

W tabelach rozkładu jazdy podajemy godziny odjazdów autokarów/pociągów. Na miejsce zbiórki prosimy o przybycie 20 minut wcześniej. Prosimy na miejsce wyjazdu i powrotu przybywać punktualnie.

[-1] wyjazd/powrót dzień przed datą rozpoczęcia/zakończenia turnusu;

[+1] wyjazd/powrót dzień po dacie rozpoczęcia/zakończenia turnusu.

Wychodząc naprzeciw Państwa oczekiwaniom staramy się zapewnić jak największą ilość miast wyjazdowych, w związku z czym **podróż nie zawsze odbywa się najkrótszą trasą, możliwe są przesiadki oraz na wybranych odcinkach zmiana środka transportu na zastępczy (pociąg, mikrobus, samochód osobowy)**. W związku z powyższym zastrzegamy sobie prawo do zmiany rozkładu po uprzednim powiadomieniu Klientów. Z miejscowości objętych rozkładem jazdy staramy się realizować przejazd uczestników we wszystkich terminach, jednak **zastrzegamy sobie prawo odwołania połączenia antenowego jeśli w danym turnusie nie zbiera się minimalna liczba 6 osób na przejazd daną trasą**. W takim przypadku zostaną Państwo powiadomieni o najbliższym przystanku z którego będzie realizowany wyjazd.

CENY I TERMINY

Impreza	TERMIN	DODATKOWE INFORMACJE	ILOŚĆ MIEJSC	CENA	
WLO/FF5	07.08 - 16.08.2026		Brak miejsc - skontaktuj się z nami	3549.00zł	SPRZEDANE
WLO/FF1	28.06 - 07.07.2026		Brak miejsc - skontaktuj się z nami	3549.00zł	SPRZEDANE

Impreza	TERMIN	DODATKOWE INFORMACJE	ILOŚĆ MIEJSC	CENA	
WLO/FF3	18.07 - 27.07.2026		Brak miejsc - skontaktuj się z nami	3549.00zł	SPRZEDANE

FAKULTETY

Fakultety	Cena
<p>AQUAPARK TRZY FALE</p> <p>AQUAPARK TRZY FALE - 2 godziny zabawy w Parku Wodnym w Słupsku. Do dyspozycji basen sportowy, basen rekreacyjny z atrakcjami w tym ponad 350 metrów adrenaliny na trzech zjeżdżalniach (np. Mega zjeżdżalnia Black Hole z prędkością zjazdu 5-7 m/s czy Turbo Speed ze zjazdem 3-4 m/s) oraz zewnętrzny basen solankowy</p>	150.00 PLN
<p>REJS MOTORÓWKĄ RIB</p> <p>REJS MOTORÓWKĄ RIB - przejażdżka łodzią typu RIB, wyjątkowo szybką, zwrotną i dynamiczną a jednocześnie bardzo stabilna i bezpieczna</p>	110.00 PLN
<p>PAINTBALL</p> <p>PAINTBALL - gra zespołowa na profesjonalnym polu paintballowym. Zapewniamy pakiet podstawowy - marker 100 kulek, kombinezon ochronny, maskę.</p>	160.00 PLN

UBEZPIECZENIA

Ubezpieczenia	Cena
---------------	------

<p>COMPENSA UBEZPIECZENIE KOSZTÓW REZYGNACJI</p> <p>Jest to dodatkowe i dobrowolne ubezpieczenie podrózne, gwarantujące zwrot kosztów rezygnacji w przypadku rezygnacji z imprezy turystycznej z przyczyn losowych niezależnych od Uczestnika. TU zwraca koszty poniesione w związku z rezygnacją m.in z następujących powodów np. nieszczęśliwy wypadek lub nagłe zachorowanie Uczestnika lub osoby bliskiej (w tym Covid-19) potwierdzone dokumentacją medyczną. Wysokość odszkodowania w przypadku rezygnacji z imprezy turystycznej uzależniona jest od daty zgłoszenia rezygnacji w biurze podróży w stosunku do dnia rozpoczęcia imprezy. Ubezpieczonemu przysługuje świadczenie w wysokości do 100% poniesionych, a nie zrefundowanych kosztów. Rezygnacja musi być nam przekazana w formie pisemnej. Koszt ubezpieczenia nie podlega zwrotowi nawet w przypadku anulacji imprezy przez organizatora. Szkodę do firmy ubezpieczeniowej należy zgłosić w ciągu 7 dni od zdarzenia. Szczegółowe informacje dostępne w OWU Compensa Ubezpieczenie od Rezygnacji (...)</p>	<p>106.00 PLN</p>
--	-----------------------

GWARANCJE

Gwarancje	Cena
<p>GWARANCJA ALL INCLUSIVE (GWARANCJA ZMIANY REZERWACJI+COMPENSA UBEZPIECZENIE KOSZTÓW REZYGNACJI+GWARANCJA STAŁEJ CENY)</p> <p>Miej tak wiele za tak niewiele ;) Gwarancja ta zawiera: Gwarancję Zmiany Rezerwacji, Compensa Ubezpieczenie Kosztów Rezygnacji oraz Gwarancję Stałej Ceny. Dzięki wykupieniu ich w pakiecie (w możliwość wykupienia aż do połowy czerwca niezależnie do daty rezerwacji) mogą Państwo nie martwić się galopującym EURO, cenami benzyny, chęcią zmiany terminu czy obozu na inny, jak również koniecznością rezygnacji z imprezy, ale również zaoszczędzić! W pakiecie bowiem jest zawsze taniej. Koszt ubezpieczenia nie podlega zwrotowi nawet w przypadku anulacji imprezy przez organizatora.</p>	<p>160.00 PLN</p>
<p>GWARANCJA ZMIANY REZERWACJI</p> <p>Jeżeli nie jesteś pewien czy zarezerwujesz dobre miejsce i termin wyjazdu to Gwarancja Zmiany Rezerwacji jest stworzona właśnie dla Ciebie. Dzięki niej do 10 dni przed rozpoczęciem obozu możesz zmienić wszystko! Datę obozu a nawet miejsce wyjazdu. Sam o tym decydujesz bez żadnych dodatkowych kosztów. Jeżeli rezerwując wyjazd korzystałeś ze zniżki, zachowujesz ją przy każdej zmianie. Przy wymianie na droższy wyjazd/termin dopłacasz tylko różnicę wynikająca z wyliczenia ceny. Natomiast jeżeli wyjazd/termin jest tańszy, zwracamy różnicę. Gwarancję tą możesz wykupić tylko w momencie podpisywania umowy.</p>	<p>30.00 PLN</p>

Gwarancje	Cena
<p>GWARANCJA STAŁEJ CENY</p> <p>Gwarancja Stałej Ceny-nie musisz już się martwić galopującą inflacją, zmianami kursu walut (Euro/GBP), wzrostem cen paliw. Dzięki tej Gwarancji masz pewność, że cena obozu nie ulegnie zmianie i kupisz ją w kwocie, w której zarezerwowałeś obóz.</p>	<p>70.00 PLN</p>

CENA NIE ZAWIERA

transportu (koszt transportu uzależniony od miejsca wsiadania - widoczny przy wyborze miasta wsiadania oraz w zakładce transport), rejsu statkiem Dragon i innych kosztów wymienionych w ofercie, imprez fakultatywnych, składki na Turystyczny Fundusz Gwarancyjny (płatna obowiązkowo +2 PLN/os.), składki na Turystyczny Fundusz Pomocowy (płatna obowiązkowo +2 PLN/os.).

CENA ZAWIERA

zakwaterowanie i wyżywienie w obiekcie, realizację programu, opiekę kadry BUT: kierownika, wychowawców, ratownika wodnego, ubezpieczenie COMPENSA TU S.A "Ubezpieczeni w Podróży" NNW do 10.000 zł.

INFORMACJE DODATKOWE

- Obowiązkowa kaucja zwrotna - 50 PLN (płatne gotówką na miejscu, po przyjeździe do ośrodka). Kaucja stanowi zabezpieczenie na poczet ewentualnych szkód wyrządzonych w obiekcie lub środku transportu i zwracana jest w całości (pod warunkiem braku szkód) ostatniego dnia pobytu.
- Prosimy zabrać: wypełnioną i podpisaną kartę kwalifikacyjną, krem z filtrem UV, strój kąpielowy, klapki i czepek na basen (dotyczy atrakcji fakultatywnej i programowej), matę do ćwiczeń, wygodny strój sportowy i buty sportowe do biegania.
- Atrakcje fakultatywne realizowane są, gdy zgłosi się co najmniej 12 chętnych osób.
- Proponowane min. kieszonkowe ok. 150 PLN + kaucja (zwrotna) + bilet wstępu ok. 40-50 PLN (obejmuje rejs statkiem Dragon dla chętnych osób) + imprezy fakultatywne.
- Telefony komórkowe, aparaty fotograficzne, czy inny sprzęt elektroniczny uczestnik zabiera na kolonię na wyłączną, własną odpowiedzialność. Telefonów nie zabieramy na zajęcia programowe. W trakcie trwania zajęć prosimy uczestników o niekorzystanie z telefonów.
- Obowiązuje limit bagażu -> 1 bagaż główny o sumie wymiarów nie przekraczających 160 cm (wysokość x szerokość x głębokość) + 1 bagaż podręczny (max 5 kg).
- Planowana liczba uczestników ok. 40 osób.