

REGULAMIN OBOZU FITNESS ALEKSANDRY KOBIELAK

8-17 LIPCA 2021, MAUSZ

KAŻDY UCZESTNIK MA OBOWIĄZEK:

- Stosować się do poleceń wychowawców i kierownika obozu
- Przestrzegać planu dnia oraz regulaminu obozu
- Punktualnie stawiać się na zbiórkach i na zajęciach
- Aktywnie brać udział we wszystkich zajęciach programowych o ile nie został z tych zajęć zwolniony przez trenera (kontuzja i choroba nie zwalnia ze zbiórki)
- Reprezentować wysoką kulturę osobistą (m.in. mówimy Dzień Dobry na stołówce) oraz pomagać innym
- Mieć szacunek do kolegów, wychowawców, innych wczasowiczów i osób pracujących na terenie Ośrodka oraz szacunek do rzeczy (nigdy nic nie bierzemy bez pytania)
- Dbać o czystość i porządek w domkach i wokół domów oraz na całym ośrodku (śmieci wyrzucamy do kosza)
- Przestrzegać zasad bezpieczeństwa, a w razie dostrzeżenia sytuacji stwarzającej zagrożenia dla życia i zdrowia innych, natychmiast poinformować o tym wychowawców

PONADTO:

- Przed każdymi treningami, rozruchami, odprawami, posiłkami, grupa czeka punktualnie w dwuszeregu w miejscu zbiórki (na trening obowiązuje odzież i obuwie sportowe)
- Ze stołówki wychodzimy stolikami
- Przestrzegamy zasad zdrowego żywienia
- Nie wolno zażywać leków bez wiedzy wychowawców
- Zamykamy domki na klucz oraz pilnujemy swoich rzeczy
- Zabrania się wchodzić do wody bez wiedzy wychowawców
- Uczestnikowi obozu nie wolno oddalać się od grupy oraz poza teren obozu bez wiedzy wychowawców
- Po ośrodku nigdy nie poruszamy się w pojedynkę (nawet do domków) – zawsze minimum w parach
- Zestaw na PLAŻĘ to: strój kąpielowy, ręcznik, czapka, krem z filtrem, woda
- PAMIĘTAMY O ZASADACH HIGIENY I BEZPIECZEŃSTWA dot. KORONAWIRUSA

Kierownik Obozu - Aleksandra Kobielałak