

Program Obozu Sportowego „Aktywnie Zdrowo i Sportowo”

Poronin 2018 r. 12 dni

Dzień wypoczynku	Pora zajęć	Planowane działania (zajęcia)
23.07.2018 r. poniedziałek	do południa	<ul style="list-style-type: none">- Przyjazd uczestników- Zakwaterowanie , podział na grupy
	po południu	<ul style="list-style-type: none">- Szkolenie BHP , zapoznanie z regulaminami obowiązującymi na obozie
	wieczorem	<ul style="list-style-type: none">- Przedstawienie programu obozu
24.07.2018 r. wtorek	do południa	<ul style="list-style-type: none">- Zapoznanie uczestników ze sprzętem ARDF- zajęcia z nauki alfabetu Morse’a
	po południu	<ul style="list-style-type: none">- Trening biegowy- zajęcia z nauki alfabetu Morse’a
	wieczorem	<ul style="list-style-type: none">- Zajęcia kulturalno-rekreacyjne- zajęcia z nauki alfabetu Morse’a
25.07.2018 r. środa	do południa	<ul style="list-style-type: none">- Wycieczka piesza Gubałówka
	po południu	<ul style="list-style-type: none">- zajęcia z nauki alfabetu Morse’a- Przygotowanie do pracy na radiostacji KF
	wieczorem	<ul style="list-style-type: none">- Zajęcia kulturalno-rekreacyjne- zajęcia z nauki alfabetu Morse’a
26.07.2018 r. czwartek	do południa	<ul style="list-style-type: none">- Zapoznanie z mapą do biegów na orientacje- Przygotowanie do pracy na radiostacji KF-
	po południu	<ul style="list-style-type: none">- Trening biegowy-
	wieczorem	<ul style="list-style-type: none">- Zajęcia kulturalno-rekreacyjne- zajęcia z nauki alfabetu Morse’a
27.07.2018 r. piątek	do południa	<ul style="list-style-type: none">- poszukiwanie nadajnika na częstotliwości 3.5MHz i 144MHz- Omówienie błędów popełnionych w trakcie zajęć
	po południu	<ul style="list-style-type: none">- Praca na radiostacji KF- zajęcia z nauki alfabetu Morse’a
	wieczorem	<ul style="list-style-type: none">- Basen Białka Tatrzańska
28.07.2018 r. sobota	do południa	<ul style="list-style-type: none">- Wycieczka do Zakopanego Dolina Kościeliska lub Chochołowska
	po południu	<ul style="list-style-type: none">- Przygotowanie do pracy na radiostacji KF
	wieczorem	<ul style="list-style-type: none">- Zajęcia kulturalno-rekreacyjne- zajęcia z nauki alfabetu Morse’a

29.07.2018 r. niedziela	do południa	- Msza w Kościele Poronin - -
	po południu	- Trening biegowy - Bieg na 5 mini nadajników pasmo 144 MHz (trasa ok. 2km) –
	wieczorem	- Zajęcia strzeleckie - zajęcia z nauki alfabetu Morse'a
30.08.2018 r. poniedziałek	do południa	- Zawody w biegach na orientacje
	po południu	- Praca na radiostacji KF i UKF - zajęcia z nauki alfabetu Morse'a
	wieczorem	- Zajęcia kulturalno-rekreacyjne
31.07.2018 r. wtorek	do południa	- Korzystanie ze sprzętu ARS przez - zajęcia z nauki alfabetu Morse'a
	po południu	- Zajęcia kulturalno-rekreacyjne - zajęcia z nauki alfabetu Morse'a
	wieczorem	- Basen Białka Tatrzańska
01.08.2018 r. środa	do południa	- Zajęcia kulturalno-rekreacyjne
	po południu	- zajęcia z nauki alfabetu Morse'a - Praca na radiostacji KF i UKF
	wieczorem	- Praca na radiostacji KF i UKF - zajęcia z nauki alfabetu Morse'a
02.08.2018 r. czwartek	do południa	- Zajęcia strzeleckie - zajęcia z nauki alfabetu Morse'a
	po południu	- Zawody w biegach na orientacje
	wieczorem	- Praca na radiostacji KF i UKF
03.08.2018r. piątek	do południa	- Zajęcia kulturalno-rekreacyjne - egzamin wewnętrzny z alfabetu Morse'a
	po południu	- Zakończenie obozu wręczenie dyplomów i odznak sprawności obronnej
	wieczorem	- wyjazd do domu

.....
(organizator)

.....
(kierownik obozu)