

## Terenowy – 3 dni

Liczba osób: 20-50

Termin: do ustalenia

Wiek: dzieci 7-16 lat

Uwagi: Istnieje możliwość wynajęcia autokaru, obowiązek posiadania ubrań sportowych.

### Ramowy Program Pobytu

**I dzień – Przyjazd do Janowa** (zakwaterowanie, zapoznanie się z regulaminem )

**Godzina 9:00**

- **Narty 5-osobowe** – członkowie zespołu mają za zadanie przejść określony odcinek drogi na specjalnie przygotowanych nartach. Głównym problemem w tej konkurencji jest skoordynowanie ruchów całego zespołu.

- **Spodnie 5-osobowe** - wesoła konkurencja, która polega na wyścigu w specjalnych, gigantycznych spodniach.

- **Worki 5-osobowe** – konkurencja z dziecięcych lat, która przy dopingu pozostałych uczestników stanowi bardzo dobrą, wesołą zabawę

- **Wyścig chomików** – konkurencja, w której 5-osobowe zespoły mogą wczuć się w „los biednego chomika” , pokonującego wyznaczoną trasę.

- **Wyścig rydwanów** – konkurencja, w której oprócz siły, sprawności, zaufania, współpracy wymagana jest odwaga osoby znajdującej się na rydwanie.



- **Bolkowe narty** - konkurencja, w której 5-osobowe zespoły pokonują trasę na bolkowych nartach. Jest to zabawa wymagająca zgrania, współpracy całego zespołu
- **Przeciąganie liny** - najbardziej popularna konkurencja na wszystkich imprezach integracyjnych przeznaczona dla dzieci i dorosłych
- **Siatka tekili** - wesoła konkurencja przeznaczona dla osób dorosłych polegająca na pokonaniu sieci przez dwa 6 osobowe zespoły
- **Walka kogutów** – konkurencja polega na przeciąganiu się dwóch osób
- **Rura** - zadanie zespołowe polegające na napełnieniu specjalnie przygotowanej rury wodą. Bardzo wesoła konkurencja
- **Cyrkiel** - zgrywająca zabawa zespołowa, polegająca na wyścigu dwóch specjalnie przygotowanych cyrkli
- **Gąsienica** - wesoła konkurencja dla trzech 5 osobowych zespołów polegająca na wyścigu gąsienic.



**Godzina 13:00** - obiad

**Godzina 15:30** – Wyprawa samochodami terenowymi po bezdrożach leśnych. Wycieczka trwa ok. 1,5 godziny. W programie między innymi oglądanie tam i żeremi bobrowych



**Godzina 18:30** – kolacja

**Godzina 21:00** – Ognisko

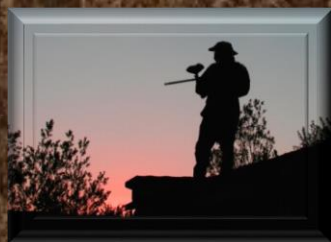
## II dzień

**Godzina 8:00** - śniadanie

## Godzina 9:00 - Paintball

Na uczestników czeka turniej paintballowy, w którym zostanie wyłoniony najlepszy zespół. Uczestnicy zostają podzieleni na 8 osobowe zespoły, które będą rywalizowały aby wyłonić najlepszy zespół. Uczestnicy otrzymują w pakiecie 100 kulek na osobę.

Uwaga. Dokupienie następnych 100 kulek 20 zł/osoba



## Godzina 13:30 – obiad

## Godzina 15:00

**Medicus** – gra edukacyjna mająca na celu nauczenia uczestników postępowania w różnych sytuacjach związanych z pierwszą pomocą. Gra strategiczna medicus polega na zdobyciu jak największej ilości punktów i ukończeniu całej trasy. Podczas gry na uczestników czeka szereg pytań teoretycznych, zadań praktycznych związanych z pierwszą pomocą. Podczas gry uczestnicy będą musieli wykazać się pomysłowością, wytrzymałością fizyczną oraz sporą wiedzą. Medicus przewidziany jest dla uczestników powyżej 12 roku życia



**Wieża ze skrzynek** – konkurencja polega na ułożeniu jak najwyższej wieży ze skrzynek i równoległym wchodzeniu po nich do góry. Uczestnicy przez cały czas są asekurowani przez instruktora. Głównym celem tej zabawy jest: sprawdzenie zmysłu równowagi, sprawności, lęku wysokości, dokładności.



**Godzina 18:30** – kolacja

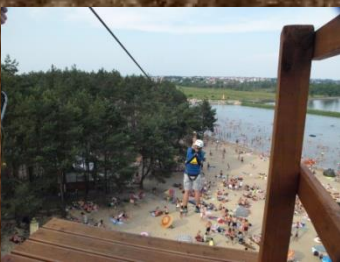
**Godzina 20:00** – Ognisko

### III dzień

**Godzina 8:00** - śniadanie

**Godzina 9:00** – Uczestnicy zostają podzieleni na dwa zespoły, które mają do pokonania: Park linowy + Zabójczy tor

**Park Linowy w Janowie Lubelskim** 6 tras o różnych stopniach trudności jeden z największych parków linowych w Polsce:  
najłatwiejsza - dla dzieci od 3 roku życia,  
najtrudniejsza – dla dorosłych,  
zjazd linowy ponad 200 m nad plażą i kąpieliskiem,  
diabelskie wahadło –  
skok tandemowy lub pojedynczy z wysokości 16 m i Power Fan pionowy skok w dół z wysokości 13 m).



**Zabójczy Tor** - jest to szereg konkurencji, pozwalających uczestnikom na sprawdzenie swojej sprawności fizycznej połączonej z dobrą zabawą. Tor składa się z następujących etapów, które można dowolnie komponować:

- pajęczynka – etap gibkości owy
- opony – etap sprawnościowy
- strzelanie z łuku – etap na dokładność
- drabinka – etap siłowy
- szczudła – etap zręcznościowy



- obręcze – etap logiczny



**Godzina 14:00** – obiad i wyjazd grupy

**Cena: 270 zł**

**CENA ZAWIERA:**

- zakwaterowanie w 1 z naszych ośrodków
- wyżywienie (2 X śniadanie, 3 x obiad, 2 x kolacja)
- ognisko z pieczeniem kiełbasek lub dyskoteka z napojami
- realizację programu (opieka doświadczonej kadry animatorów, atrakcje, bilety wstępu)
- ubezpieczenie NNW

**CENA NIE ZAWIERA:**

- kosztów dojazdu do Janowa Lubelskiego

**Adam Mak „MAKADAN”**

**[makadan@wp.pl](mailto:makadan@wp.pl), Tel 606230429**

**[www.makadan.pl](http://www.makadan.pl)**