



4health

CO ZABRAĆ NA OBÓZ ?!?

- Strój sportowy do ćwiczeń (koszulki, spodenki, getry, dres sportowy, obuwie sportowe typu adidas)
- Przybory toaletowe (szczoteczka do zębów, pasta do zębów, mydło, szampon).
- Bielizna na zmianę.
- Strój kąpielowy (dwa komplety).
- Ręcznik kąpielowy 2 sztuki.
- Ręcznik mały 1 sztuka.
- Kurtka przeciwdeszczowa.
- Plecak
- Czapeczka przeciwsłoneczna
- Czapka ciepła, (gdy będzie wiatr).
- Okulary przeciwsłoneczne.
- Klapki.
- Okulary do pływania.
- Sweter lub polar.
- Kremy z filtrem UV
- Lekarstwa z opisem i podpisem opiekuna.
- Inne adekwatne do treści programowych i warunków klimatycznych według uznania i potrzeb indywidualnych
- Kieszonkowe na drobne wydatki.

NIE POLECAMY DO ZABRANIA NA OBÓZ:

- Telefonu komórkowego
- Komputera, tableta, gier elektronicznych
- Drogocennej biżuterii
- Innych kosztownych rzeczy