

LISTA RZECZY DO ZABRANIA:

ODZIEŻ:

- kurtka nieprzemakalna / sztormiak polar / bluza x 2
- długie spodnie x 3
- dres sportowy
- koszulki z krótkim rękawem – na każdy dzień
- sportowe krótkie spodenki x 3-4
- skarpetki sportowe
- bielizna osobista (w reklamówkach)
- okrycie na głowę – czapka z daszkiem oraz ewentualnie cieplejsza czapka (do użycia po zajęciach wodnych)
- strój kąpielowy x 2
- piżama

OBUWIE:

- sportowe - 2 pary
- klapki (na plażę i pod prysznic)
- sandały

SPRZĘT - ze względów higienicznych zaleca się zabranie własnego sprzętu sportowego:

- rakietka tenisowa - jeżeli młodzież posiada własną. Nie jest to jednak konieczne - na miejscu posiadamy sprzęt dla uczestników.

KOSMETYKI:

- przybory toaletowe
- krem z filtrem
- preparat przeciw komarom i kleszczom
- żel do dezynfekcji dłoni

INNE:

- ręczniki – prosimy zapakować ręczniki oraz dodatkowe ręczniki na zajęcia wodne
- bidon na wodę - ułatwi to bieżący dostęp do wody

- okulary przeciwsłoneczne
- „kieszonkowe” – na drobne wydatki