

Ramowy program zajęć Kolonii Nurkowo - Rowerowej w Lubikówku

Dzień I

- 13.30 – zbiórka na ul. Paprotnej (CH Marino)
- 14.00 – wyjazd
- 18.00 – przyjazd do Lubikówka (Folwark Amalia)
- 18.30 – kolacja
- 19.00-19.30 – zakwaterowanie w pokojach
- 19.30-20.00 – zapoznanie z regulaminem kolonii, programem zajęć, planem dnia
- 20.00-21.00 – zabawy integracyjne
- 21.30 – cisza nocna

Dzień II

- 09.30-10.00 – sprawdzenie stanu technicznego rowerów
- 10.00-10.30 – zasady bezpieczeństwa w trakcie wycieczek rowerowych
- 10.30-11.00 – podział na grupy rowerowe
- 11.00-13.00 – wycieczki rowerowe
- 14.30-15.00 – zapoznanie z regulaminem ośrodka i kąpieliska (zasady bezpiecznej kąpieli)
- 15.00-15.30 – podział na drużyny sportowe
- 15.30-16.30 – sprawdzian umiejętności pływackich
- 16.30-18.00 – zabawy w wodzie i na plaży
- 19.00-21.00 - dyskoteka

Dzień III-IX

- 09.30-12.00 – wycieczki rowerowe (poszukiwanie skarbu)
- 12.00-13.00 – zabawy w wodzie
- 14.30-18.00 – zajęcia nurkowe
- 15.00-18.00 – gry i zabawy ruchowe/rowerki wodne
- 19.00-21.00 – Igrzyska Neptuna (rywalizacja sportowa między grupami oraz konkursy: plastyczne, piosenki, tańca, kabaretów)

Dzień IX

- 09.30-12.00 – wycieczka kajakowa
- 12.00-13.00 – zabawy w wodzie
- 14.30-16.00 – Runmagedon Neptuna (wyścigi z przeszkodami)
- 16.30-18.00 – zawody strzeleckie
- 19.00-21.00 – wielkie grillowanie, zabawy przy ognisku, wędkowanie

X-XII

- 09.30-13.00 – wycieczki rowerowe/zwiedzanie Zamku w Międzyrzeczu
- 14.30-17.00 – zajęcia nurkowe
- 17.00-18.00 – zajęcia ruchowe w plenerze/wędkowanie
- 19.00-21.00 – zabawy terenowe/wędkowanie.

Dzień XIII

- 09.30-12.00 – rowerki wodne
- 12.00-13.00 – chrzest Neptuna
- 14.30-16.30 – zabawa terenowa
- 17.00-18.00 – wędkowanie/zabawy na plaży

19.00-21.00 – dyskoteka

Dzień XIV

09.00-12.00 – plażowanie, zabawy w wodzie

12.30-13.30 – wykwaterowanie

13.30-14.00 – obiad

14.00-15.00 – wręczenie nagród, pożegnanie

15.00 - wyjazd

19.00 – przyjazd do Wrocławia (ul. Paprotna)