

# PROGRAM PÓLKOLONII

## TYDZIEŃ II

19-23.02.2018 r.

### „Mistrzostwa Świata 2018”

#### Dzień 1: Koła olimpijskie

8:00 - 9:00 – zapoznanie się z wychowawcami, regulaminami, miejscem, wspólne pisanie kontraktu, wymyślanie sportowych haseł

9:00 - 9:30 – II śniadanie

9:30 - 11:00 – historia mundialu, czyli piłka nożna w pigułce

11:00-13:00 – zanim pojedziemy na mundial, to trzeba poćwiczyć – gry i zabawy sportowe

13:00 - 13:30 – obiad z deserem

13:30 - 14:00 – sješta w sali koszarowej, czytanie sportowych książek

14:00 - 15:00 – zwiedzanie Fortu IV z przewodnikiem

15:00 - 16:00 – pracujemy nad kondycją – zajęcia sportowe

#### Dzień 2: nawet Ronaldo musiał ćwiczyć

8:00-9:00 – poranna gimnastyka na świeżym powietrzu

9:00 - 9:30 – II śniadanie

10:00-13:00 – wyjazd na Orlika przy ul. Ogrodowej; ABC piłki nożnej

13:00-13:30 – obiad z deserem

13:30 – 14:00 – sješta w sali koszarowej

14:00 – 15:00 – podchody na terenie Fortu

15:00 – 16:00 – ognisko z pieczeniem kiełbasek i chleba

#### Dzień 3: Silne ręce mamy, wszystkich pokonamy

8:00-9:00 – gry i zabawy świetlicowe

9:00 - 9:30 – II śniadanie

9:30 -13:00 – wyjście do kręgielni w CH Plaza

13:00-13:30 – obiad z deserem

13:30 – 14:00 – sješta w sali koszarowej, czytanie książki

14:00-16:00 – turniej w piłkarzyki i ping-ponga

**Proszę o przyniesienie na następny dzień łyżew lub opłaty na ich wypożyczenie.**

#### **Dzień 4: Silne nogi to połowa sukcesu u piłkarzy**

8:00 - 9:00 – zaprawa sportowa na powietrzu

9:00 - 9:30 – II śniadanie

9:30 – 13:00 – wyjazd na sezonowe lodowisko

13:00 - 13:30 – obiad z deserem

13:30 – 14:00 – sjeśćta w sali koszarowej

14:00 – 15:00 – tor przeszkód – pracujemy nad kondycją

15:00-16:00 – mecz piłki nożnej na terenie Fortu IV: Real Madryt vs FC Barcelona

#### **Dzień 5: masażysta zaleca trening zręcznościowy**

8:00 - 9:00 – gry i zabawy świetlicowe

9:00 - 9:30 – II śniadanie

9:30 – 13:00 – forteczne kino

13:00 - 13:30 – obiad z deserem

13:30 - 14:00 – sjeśćta w sali koszarowej

14:00 - 15:30 – przygotowanie programu artystycznego na zakończenie półkolonii

15:30 – 16:00 – uroczyste zakończenie turnusu w otoczeniu rodziców i przyjaciół (rozdanie certyfikatów, nagród i zdjęć) - kawa i ciasto

**Organizatorzy zapewniają sobie prawa do zmian w harmonogramie.**

**Dzieci muszą zabrać ze sobą:**

- ważną legitymację lub książeczkę zdrowia,
- buty na zmianę (trampki, adidas, strój sportowy),

**Prosimy o dokonywanie zapisów drogą telefoniczną: (56) 655 82 36 lub mailową:  
[biuro@fort.torun.pl](mailto:biuro@fort.torun.pl)**

Wpłat należy dokonywać na 2 tygodnie przed rozpoczęciem danego turnusu!

***W załączniku na stronie internetowej: [www.fort.torun.pl](http://www.fort.torun.pl) znajdują się dokumenty, które należy wypełnić i dostarczyć do Fortu IV minimum 2 tygodnie przed rozpoczęciem turnusu.***