

Szanowni Państwo,

Chcielibyśmy zaprosić Państwa i Waszych podopiecznych do Ośrodka Sportu i Rekreacji **ALPINA SPORT & SPA**, który znajduje się w Muszynie – Złockiem.

Zielone szkoły, wycieczki szkolne w naszym Ośrodku to wypoczynek, zabawa i relaks połączony z nauką, a wszystko w otoczeniu dziewiczej natury. Tutaj naprawdę można odpocząć z młodzieżą, a przy okazji zrealizować program dydaktyczny.

Nasz **ośrodek** może przyjąć jednorazowo do 250 osób oddając im do dyspozycji pokoje 2-6 osobowe (wszystkie pokoje z łazienkami), restaurację i kawiarnię. Trzy duże sale konferencyjne można wykorzystać w dowolnym celu: jako sale lekcyjne, sale wykładowe, studia teatralne ze sceną, sale gimnastyczne, jako miejsca organizacji zabaw, quizów, dyskotek, występów karaoke itp.

Wokół ośrodka można korzystać z bogatej **infrastruktury sportowej**: boiska ze sztuczną trawą (piłka nożna, uni-hokej, siatkówka, piłka ręczna, zajęcia ogólnorozwojowe), boiska z naturalnej trawy, boiska do siatkówki plażowej, kortów tenisowych (wymagane odpowiednie obuwie), zadaszonego grillowiska, STREFY SPA, siłowni, basenu, paleniska pod gołym niebem. Bieżni tartanowej 200 m, sali do JUDO.

Ośrodek usytuowany jest poza centrum miasta, w spokojnej dzielnicy Złockie, sąsiaduje z innymi domami wczasowymi i sanatoriami. Przed budynkiem jest kilkukilometrowy chodnik deptak, oświetlony do późnych godzin nocnych. Stąd blisko do wielu zabytkowych miejsc: grekokatolickich cerkwi, licznych kapliczek i kościołów, unikalnych cmentarzy, ruin zamku. Tutaj naprawdę czuć historię. Więcej informacji o Ośrodku znajdziecie Państwo pod adresem: www.alpinasport.pl

Prosimy o zapoznanie się z **propozycjami programów i cen**. Istnieje również możliwość zawarcia **umowy o stałej współpracy**, która zmniejszy Wasze koszty organizacji wycieczek, „Białych i Zielonych Szkół” i obozów specjalistycznych, uatrakcyjni ofertę Szkoły i ułatwi planowanie programu.

Wszystkich zainteresowanych ofertą, prosimy o kontakt telefoniczny: kom.

690-992-755 / 695-653-763 lub mailowy: k.skwarlo@alpinasport.pl

Serdecznie zapraszamy do współpracy!

Pakiet 5 DNI STANDARD

DZIEŃ I - INTEGRACJA

Obiad

Zajęcia: Gry **integracyjne** . Wspólne sporządzenie regulaminu Zielonej Szkoły. Pamiątkowe zdjęcie. Zajęcia przy **muzyce** na wesoło.

Kolacja

ZAJĘCIA Z ODNOWY BIOLOGICZNEJ – Zięcia z odnowy biologicznej z instruktorem - Sauna sucha, łaźnia parowa, jacuzzi , wanna z lodem, tężnia solankowa

DZIEŃ II – KRYNICA ZDRÓJ

Śniadanie

Zajęcia: Wycieczka do Krynicy, w planie: spacer po deptaku, Pomnik Nikifora Muzeum Zabawek, zwiedzanie Głównej Pijalni wód mineralnych , Góra Parkowa * . **Obiad**

Zajęcia: **Zajęcia Linowe-** pokonywanie mostów linowych / budowanie wieży i wchodzenie na nią / wspinaczka po drzewie / drabina sznurowa- zajęcia do wyboru. To zajęcia, które oswajają młodych ludzi z przestrzenią i pokazują jak radzić sobie w trudnych i niecodziennych sytuacjach. **Fotogeografia** – zabawa na świeżym powietrzu rozwijająca spostrzegawczość i orientację w terenie. **Kolacja**

DYSKOTEKA

DZIEŃ III – AKTYWNY WYPOCZYNEK

Śniadanie

Zajęcia: Pieszna wycieczka do „**Bacówki nad Wierchomlą**” – wymaga zaangażowania i wytrwałości w dążeniu do celu, uczy samodyscypliny i pomocy koleżeńskiej. Nagrodą za wysiłek jest najpiękniejsza panorama Beskidu Sadeckiego. Trasa liczy ok. 18 km i zajmuje 5-6 godzin. (klasy 7 i starsi)

LUB

Mini Rajd Górski – GRA TERENOWA w otoczeniu przepięknych krajobrazów. Uczy zdrowej rywalizacji, a dzięki czekającym po drodze zadaniom, doskonale integruje grupę. Trasa liczy ok. 10 km i zajmuje ok. 4 godziny (klasy 1-6)

Obiad

Zajęcia: **Warsztaty kreatywne. Zajęcia survivalowe** – sztuka przetrwania.

Kolacja

OGNISKO: Wieczór pod gwiazdami dla duszy i dla ciała, ognisko z pieczeniem kiełbasek i światełko do nieba.

DZIEŃ IV – MUSZYNA –ŚLADAMI HISTORII

Śniadanie

Zajęcia: Pieszna wycieczka do **Muszyny** – Panorama miasta widoczna z Ruin XIV w. Zamku jest zaledwie zapowiedzią czekających atrakcji. Ogrody Biblijne to empiryczne poznanie „bestsellerowej książki” jaką jest Pismo Święte.

Obiad

Zajęcia: **Podstawy strzelectwa sportowego** – Strzelanie do tarcz (i innych celów) z wiatrówki długiej, krótkiej (pistoletu),repliki broni palnej ASG – AK47, łuku bloczkowego

Kolacja

PROJEKCJA FILMU / KARAOKE

DZIEŃ V – PODSUMOWANIE **Śniadanie**

Zajęcia: **Podchody** (konieczna pomoc nauczyciela) **Movie Show-** projekcja pamiątkowych filmów. Pożegnanie. Rozdanie pamiątkowych upominków.

Obiad Wyjazd

Cena pakietu zł/osoba

PAKIET PREMIUM 3 DNI

DZIEŃ I - INTEGRACJA

Obiad

Zajęcia: Gry **integracyjne** . Zajęcia przy **muzyce** na wesoło. **Fotogeografia**– zabawa na świeżym powietrzu rozwijająca spostrzegawczość i orientację w terenie.

Kolacja

Zajęcia: Wieczorny spacer z malowniczym pejzażem w tle.

DZIEŃ II – AKTYWNY WYPOCZYNEK

Śniadanie

Zajęcia: Pieszna wycieczka do „**Bacówki nad Wierchomlą**” – wymaga zaangażowania i wytrwałości w dążeniu do celu, uczy samodyscypliny i pomocy koleżeńskiej. Nagrodą za wysiłek jest najpiękniejsza panorama Beskidu Sadeckiego. Trasa liczy ok. 18 km i zajmuje 5-6 godzin. (klasy 7 i starsi)

LUB

Mini Rajd Górski – GRA TERENOWA w otoczeniu przepięknych krajobrazów. Uczy zdrowej rywalizacji, a dzięki czekającym po drodze zadaniom, doskonale integruje grupę. Trasa liczy ok. 10 km i zajmuje ok. 4 godziny (klasy 1-6)

Obiad

Zajęcia: **Zajęcia linowe:** pokonywanie mostów linowych / budowanie wieży i wchodzenie na nią / wspinaczka po drzewie / drabina sznurowa- zajęcia do wyboru. To zajęcia, które oswajają młodych ludzi z przestrzenią i pokazują jak radzić sobie w trudnych i niecodziennych sytuacjach. **Warsztaty kreatywne** lub **Strzelectwo Sportowe**

Kolacja

Ognisko: Wieczór pod gwiazdami dla duszy i dla ciała, ognisko z pieczeniem kiełbasek i świeca do nieba.

DZIEŃ III – MUSZYNA –ŚLADAMI HISTORII

Śniadanie

Zajęcia: Pieszna wycieczka do **Muszyny** – Panorama miasta widoczna z Ruin XIV w. Zamku jest zaledwie zapowiedzią czekających atrakcji. Ogrody Biblijne to empiryczne poznanie „bestsellerowej książki” jaką jest Pismo Święte.

Lub

Air Soft Gun – walka replikami broni w terenie zalesionym (klasy 7 i starsi) lub **Splatmaster** – mini paintball (klasy 1-6).**Obiad Wyjazd z Zielonej Szkoły**

Cena pakietu zł/osoba

Pakiet 5 DNI PREMIUM

DZIEŃ I - INTEGRACJA Obiad

Zajęcia: Gry **integracyjne** . Wspólne sporządzenie regulaminu Zielonej Szkoły. Pamiątkowe zdjęcie.

Walka o flagę – gra scenariuszowa

Kolacja

SPACER: Wieczór z wychowawcą

DZIEŃ II – AKTYWNY WYPOCZYNEK

Śniadanie

Zajęcia: Pieszna wycieczka do „**Bacówki nad Wierchomlą**” – wymaga zaangażowania i wytrwałości w dążeniu do celu, uczy samodyscypliny i pomocy koleżeńskiej. Nagrodą za wysiłek jest najpiękniejsza panorama Beskidu Sadeckiego. Trasa liczy ok. 18 km i zajmuje 5-6 godzin. (klasy 7 i starsi)

LUB

Mini Rajd Górski – GRA TERENOWA w otoczeniu przepięknych krajobrazów. Uczy zdrowej rywalizacji, a dzięki czekającym po drodze zadaniom, doskonale integruje grupę. Trasa liczy ok. 10 km i zajmuje ok. 4 godziny (klasy 1-6)

Obiad

Zajęcia: **Zajęcia linowe:** pokonywanie mostów linowych / budowanie wieży i wchodzenie na nią / wspinaczka po drzewie / drabina sznurowa- zajęcia do wyboru. To zajęcia, które oswiają młodych ludzi z przestrzenią i pokazują jak radzić sobie w trudnych i niecodziennych sytuacjach.

Kolacja

OGNISKO: Wieczór pod gwiazdami dla duszy i dla ciała-ognisko z pieczeniem kiełbasek i światełko do nieba.

DZIEŃ III – Krynica-Zdrój lub Farma LaMa - do wyboru

KRYNICA ZDRÓJ

Śniadanie

Zajęcia: Wycieczka do Krynicy, w planie: spacer po deptaku, Pomnik Nikifora Muzeum Zabawek, zwiedzanie Głównej Pijalni wód mineralnych , Góra Parkowa * .

LUB

FARMA LaMa

Zajęcia: Wizyta w gospodarstwie rolnym, **mini Zoo**, stadnina koni, **park maszynowy** do produkcji rolnej. Uczestnicy spacerując po obejściu poznają specyfikę pracy w gospodarstwie.

Tylicka Golgota – wieża wzniesiona z kamieni przywiezionych ze 120 miejsc z całego świata. Atrakcja utrzymana w kontekście religijnym, upamiętnia najważniejsze wydarzenia w Polsce na przestrzeni wieków. Jest również atrakcją geologiczną.

Obiad

Zajęcia: **Air Soft Gun** – walka replikami broni w terenie zalesionym (klasy 7 i starsi) lub **Splatmaster** – mini paintball (klasy 1-6). **Fotogeografia** – zabawa na świeżym powietrzu rozwijająca spostrzegawczość i orientację w terenie **Kolacja**

DYSKOTEKA –

DZIEŃ IV – MUSZYNA –ŚLADAMI HISTORII

Śniadanie

Zajęcia: Pieszna wycieczka do **Muszyny** – Panorama miasta widoczna z Ruin XIV w. Zamku jest zaledwie zapowiedzią czekających atrakcji. Ogrody Biblijne to empiryczne poznanie „bestsellerowej książki” jaką jest Pismo Święte.

Obiad

Zajęcia: **Zawody strzeleckie** (broń pneumatyczna, strzelanie z łuku, strzelanie z wiatrówki)-instruktor wybiera rodzaj broni. „**Turniej Klas**” – To wielkie „SHOW” odbywające się na świeżym powietrzu. Rywalizacja drużyn prowadzona przez spikera, przy której nie sposób się nudzić.

Kolacja

ZAJĘCIA Z ODNOWY BIOLOGICZNEJ – Zięcia z odnowy biologicznej z instruktorem - Sauna sucha, łaźnia parowa, jacuzzi , wanna z lodem, tężnia solankowa

DZIEŃ V – PODSUMOWANIE Śniadanie

Zajęcia: **Zajęcia przy muzyce na wesoło.**

Obiad Wyjazd

Cena

pakietu zł/osoba

Cena każdego pakietu zawiera:

- 4 noclegi w pokojach 2, 3, 4, 5, 6 -os. z łazienkami lub typu studio 2+4
- transport autokarowy Kraków-Muszyna-Kraków
- kadra 1/15 gratis, dodatkowe osoby płatne 145zł/osobodoba
- całodzienne wyżywienie: dwudaniowe obiady, śniadania i kolacje w formie bufetu, desery. - realizację wybranego programu,
- całodobową opiekę pielęgniarstwa na terenie ośrodka
- przewodników, animatorów i instruktorów,
- bilety wstępu na proponowane atrakcje,
- opiekę rezydenta,
- obiad w dniu wyjazdu,
- możliwość korzystania ze stołów pingpongowych, piłkarzyków, stołów do bilarda , Internetu Wi-Fi – dla kadry,
- możliwość korzystania z bazy sportowej na terenie ośrodka (boiska do gry w piłkę nożną, siatkową, boiska ze sztucznej trawy, zadaszonogo grillownika, paleniska, bieżni tartanowej 200m. itp.)

Istnieje możliwość stworzenia własnego programu Zielonej Szkoły organizowanej przez Ośrodek Sportu i Rekreacji ALPINA SPORT

Zachęcam do kontaktu telefonicznego w wypadku jakichkolwiek uwag czy sugestii.

**Osoba kontaktowa :
Jakub Skwarło 690992755**

Postaramy się dopasować do Państwa potrzeb i możliwości finansowych rodziców.

ZAPRASZAMY DO WSPÓLPRACY !

Nasz adres:

Ośrodek Sportu i Rekreacji ALPINA SPORT

Złockie 76

33-370 Muszyna

NIP: 734-106-54-70

Regon: 490581320

konto: Bank PKO S.A. o/Nowy Sącz www.alpinasport.pl 57 1240 4748 1111 0000 4869 2689