

## Program półkolonii zimowych 2023 - Zimowe szaleństwo SCOUT SPORT

1 dzień	Poznajemy SCOUT
8:00 - 9:00	Powitanie uczestników, zapoznanie z harmonogramem i zasadami półkolonii / Zajęcia integracyjne
9:00 - 9:40	DRUGIE ŚNIADANIE
9:40 - 10:00	Omówienie zasad bezpieczeństwa/ BHP i zasad "Fair-play"
10:00-10:30	Zapoznanie z obiektem, rozgrzewka na salach fitness i podział na grupy
10:30 - 12:30	<b>Trening squash'a - korty / Trening CROSS - Motoryka zajęcia ogólnorozwojowe na Sali cross i siłowni / pole dance sala B</b>
12:30 - 13:30	LUNCH 13:00
13:30 - 16:00	Pasowanie na koloniste "SCOUT" - Ściana wspinaczkowa - test odwagi oraz gry zespołowe
2 dzień	Dzień gier zespołowych i rozrywki
8:00 - 9:00	<b>Unihokej i piłka nożna na rozgrzewkę , akrobatyka na chustach</b>
9:00 - 9:40	DRUGIE ŚNIADANIE
9:40 - 10:00	Rozgrzewka na salach SCOUT SPORT
10:00 - 12:30	<b>fitness i dance zabawy salla A/ akrobatyka na chustach sala B / gry i zabawy zręcznościowe</b>
12:30 - 13:30	13:00 LUNCH
13:30 - 16:00	<b>Kino Scout</b>
3 dzień	Dzień pod znakiem sportu: Akademia Scout Sport
8:00 - 9:00	Streaching na powitanie dnia - sala A
9:00 - 9:40	DRUGIE ŚNIADANIE
9:40 - 10:00	Rozgrzewka sala A
10:00 - 12:30	<b>Ściana wspinaczkowa / pole dance - sala B / squash - korty</b>
12:30 - 13:30	13:00 LUNCH
13:30 - 16:00	<b>Nauka tańca pod zabawę Karnawałową i Nauka gry w kręgle - Kręgielnia</b>
4 dzień	Zabawa karnawałowa
8:00 - 9:00	Szykujemy się do balu : Zajęcia plastyczno - techniczne , maski i przebrania na bal Karnawałowy , przygotowanie Sali do balu
9.00-9.30	DRUGIE ŚNIADANIE, omównienie zasad bezpieczeństwa przed wyjazdem
9.30 - 13.30	<b>Przytowujemy się do zabawa i Zabawa Karnawałowa :Disco w rytmie karnawału , zabawy karnawałowe - sala A</b>
13.30 - 14.00	13.30 LUNCH
14.00 - 16.00	<b>Turniej w Kręgle - Kręgielnia</b>
5 dzień	Wodne szaleństwo
8:00 - 9:00	Rozgrzewka na salach : akrobatyka na chustach- sala B/, motoryka - zajęcia ogólnorozwojowej sala A / rowerowy spinning- sala C
9:00 - 9:40	DRUGIE ŚNIADANIE, omównienie zasad bezpieczeństwa przed wyjazdem
9.40 - 13.00	Wyjazd do Parku Wodnego
13.00 - 13:30	LUNCH 13:00
13:30 - 16:00	Zakoczenie , wręczenie pamiątkowych dyplomów , nagród .