



NAJLEPSZE KOLONIE NA PODLASIU?

Dzieciaki wiedzą jedno - **najlepsze wakacje są nad wodą!** Z lasem wokół, jeziorem na wyciągnięcie ręki, słońcem, długimi dniami i energią, którą można rozładować na sto sposobów. Takie lato przeżywa się w KNIEI: w ruchu, nad wodą, ze sportem i powrotami do pokoju dopiero wtedy, kiedy ma się dość.

KNIEJA to jeden z najlepiej wyposażonych i najbardziej wszechstronnych ośrodków wakacyjnych dla dzieci na Podlasiu. Położona nad Jeziorem Rajgrodzkim, na 4 hektarach sosnowego lasu, oferuje dużą przestrzeń do aktywności. Do dyspozycji uczestników są **hala sportowa**, kort tenisowy, boiska do siatkówki plażowej i siłownia plenerowa oraz bogata baza sprzętu: rowery, deski SUP (także z napędem), windSUP-y, kajaki w kilku wersjach, rowery wodne i wodne maty.

KNIEJA daje wszystko, czego potrzeba do intensywnego lata, a my wykorzystamy to do maksimum. Mając takie miejsce, nie robimy przeciętnych kolonii. Zapraszamy na nie aktywne dzieciaki w wieku 8–17 lat, które chcą spędzić wakacje w ruchu, nad wodą i bez marnowania ani jednego dnia. Sprawdź galerię zdjęć z zeszłorocznych kolonii: <https://www.knieja-rajgrad.pl/kolonie-w-knei>

MIEJSCE I ZAKWATEROWANIE

Kompleks Rekreacyjny KNIEJA położony w lesie sosnowym nad Jeziorem Rajgrodzkim z bogatą infrastrukturą sportową. Zakwaterowanie w pokojach 3-, 4- i 5-osobowych z pełnym węzłem sanitarnym. Większość pokoi jest z balkonami z widokiem na jezioro lub na las

WYŻYWIENIE

Trzy posiłki dziennie: śniadania i kolacje w formie szwedzkiego bufetu oraz obiady serwowane do stolika. Pierwszym posiłkiem jest obiad w dniu przyjazdu, ostatnim – śniadanie w dniu wyjazdu.

BEZPIECZEŃSTWO

Pokoje wyposażone są w zamki elektroniczne, a teren ośrodka objęty jest monitoringiem (wychowawcy mają bieżący podgląd na swoich telefonach). Sprzęt sportowy jest nowy i regularnie sprawdzany. Kąpiel odbywa się w obecności ratownika, na sprzęcie wodnym korzystamy z kamizelek asekuracyjnych, a podczas wycieczek rowerowych kaski są obowiązkowe. Ośrodek położony w lesie, do miasta jest 3 km.

OGÓLNE ZAŁOŻENIA OBOZU

Lato to czas, kiedy dzieci mają nieograniczone możliwości do eksploracji świata i rozwijania swoich pasji. Nasza oferta obejmuje **dwa programy**, dostosowane do różnych zainteresowań uczestników.

Multisport: las, jezioro, hala sportowa, kort tenisowy, nasz fantastyczny sprzęt wodny oraz rowery czekają na aktywne, pełne energii dzieciaki. Ponieważ uważamy, że sport jest dla każdego to na nasz obóz zapraszamy również tych, którzy dotąd unikali aktywności fizycznej i woleli spędzać czas przed telefonem lub komputerem. Poza brakiem przeciwwskazań zdrowotnych nie oczekujemy szczególnych umiejętności w żadnej dyscyplinie sportowej. To właśnie nasz obóz ma być okazją do spróbowania nowych aktywności i nabycia nowych umiejętności. Będziemy zachęcać do udziału we wszystkich zajęciach, ale zakładamy, że nie każdy odnajdzie się w każdej dyscyplinie sportowej, więc niczego nie będziemy narzucać siłą.

Multikolor: dla dzieciaków ciekawych świata, które codziennie chcą pragną odkrywać coś nowego stworzyliśmy program pełen kolorów lata. To wybór dla tych, którzy nie mają jeszcze skonkretyzowanych zainteresowań lub szukają nowych pasji do odkrycia. Jeśli dziecko jest na etapie poszukiwań, chce spróbować czegoś zupełnie nowego lub po prostu marzy o odpoczynku, to nasz obóz oferuje przestrzeń do takich właśnie doświadczeń. Tu każdy może odkryć coś dla siebie, eksperymentując z różnorodnymi zajęciami, bez presji na natychmiastowe określanie swoich pasji.

Program został podzielony na różne **bloki tematyczne**, tak aby każdy mógł spędzić czas na znanych i lubianych aktywnościach albo spróbować czegoś zupełnie nowego. Poszczególne grupy będą miały **możliwość wspólnego wyboru** aktywności, planując w ten sposób każdy dzień. **Wieczory** będą przeznaczone na **integracyjne zajęcia grupowe** dla wszystkich uczestników obozu.

PROGRAM MULTISPORT

Program sportowy oparty będzie na trzech filarach:

- **WODA:** jezioro Rajgrodzkie i nasz fantastyczny sprzęt wodny
- **ROWERY:** wycieczki rowerowe po bliższej i dalszej okolicy
- **HALA SPORTOWA:** zajęcia ogólnorozwojowe, gry zespołowe, badminton lub szermierka we współpracy z grupami sportowymi przebywającymi w Ośrodku Knieja

Dużo aktywności na świeżym powietrzu - to doskonała okazja na rozładowanie nadmiaru energii. Nasz program gwarantuje, że każdy dzień będzie pełen sportu, zabawy i zdrowej rywalizacji, a także pozwoli na odkrycie nowych sportowych pasji.

Chodzenie po wodzie: dzięki naszym deskom SUP z napędem [Mirage Eclipse](#) uczestnicy obozu przekonają się jak łatwo chodzi się po wodach jeziora Rajgrodzkiego.

Tradycyjne deski SUP to równowaga i koncentracja, pokonywanie strachu i dużo śmiechu przy wpadaniu do wody.

Kajaki tradycyjne, sit-on-top, duża kanadyjka, kajak z napędem nożnym: nasz sprzęt wodny to nie tylko mnóstwo frajdy, ale także możliwość oswojenia się z wodą oraz ćwiczenia równowagi i koordynacji.

Rowery wodne: nie tylko te tradycyjne, ale również ze zjeżdżalnią, w kształcie flaminga lub motorówki to mnóstwo możliwości spędzenia czasu nad wodą. Spróbujemy zdobyć wyspę bezludną Sacin, odwiedzimy sąsiedni ośrodek wypoczynkowy, a rower ze zjeżdżalnią umożliwi zjazdy do wody, jeśli zacamuje na płytkiej wodzie.

Maty **BeBoard** to doskonały sposób na spędzenie letniego czasu nad wodą: od jogi i pilatesu na wodzie, przez tory przeszkód, wyścigi i zabawy zręcznościowe, po relaksujące pływanie i opalanie się na jeziorze.

Wycieczki rowerowe: w grupach dobranych pod względem umiejętności odwiedzimy sąsiednie ośrodki wypoczynkowe (2-4 km), zwiedzimy Rajgród (6-8 km) albo udamy się w stronę Biebrzańskiego Parku Narodowego (30 km). Z uczestnikami o odpowiedniej kondycji objedziemy jezioro Rajgrodzkie (56 km).

Zajęcia na hali sportowej: we współpracy z grupami sportowymi przebywającymi na terenie ośrodka zorganizujemy zajęcia badmintonu, siatkówki lub piłki ręcznej.

PROGRAM MULTIKOLOR

Malowanie i rysowanie: świetna zabawa, ale też sposób na rozwijanie swojej kreatywności i wyobraźni. Dzięki różnym technikom, takim jak ołówki, kredki, farby plakatowe, akwarele czy akryle, każdy będzie mógł stworzyć własne dzieło sztuki i wyrazić siebie na papierze lub płótnie.

Rękodzieło: sposób na własnoręczne tworzenie niepowtarzalnych i pięknych przedmiotów. Wykorzystując różne materiały, takie jak drewno, glina i modelina postaramy się wykonać wyjątkową i niepowtarzalną biżuterię oraz pamiątki z wakacji.

Fotografia: podczas zajęć uczestnicy poznają podstawy fotografii portretowej, pracując zarówno w prostym studiu fotograficznym, jak i w plenerze. Nauczą się, jak wykorzystywać światło, tło i kadr, aby tworzyć portrety oddające emocje i charakter fotografowanej osoby.

Edukacja leśna z elementami survivalu: niezwykła przygoda, która pozwala poznać tajemnice przyrody. Nauczymy, jak czytać znaki natury oraz rozpoznawać gatunki roślin i zwierząt. Poznamy też podstawowe techniki przetrwania w lesie, jak rozpalanie ogniska czy budowanie schronienia.

PROGRAM OGÓLNOOBOZOWY

Na naszym obozie nie może zabraknąć typowo kolonijnych zajęć integrujących wszystkich uczestników oraz wielu innych atrakcji. Będzie nas ograniczał tylko czas!

Plażowanie: słońce i jezioro to idealne połączenie na letni dzień. Nasze plażowanie to nie tylko relaks pod ciepłymi promieniami słońca, ale także gra w siatkówkę plażową oraz zabawy w wodzie.

Wycieczki piesze: ruszymy przez malownicze ścieżki, lasy i pola, odkrywając ukryte zakątki okolicy. To czas na bycie razem, rozmowy i odpoczynek od bardziej wymagających aktywności.

Gry planszowe: wieczory i wolne chwile wypełniamy magią gier planszowych: od strategii przez gry zręcznościowe, aż po te oparte na szybkim myśleniu.

Obozowa olimpiada: zawody sportowe w duchu zdrowej rywalizacji i dobrego humoru. Grupy będą miały szansę zmierzyć się w różnych dyscyplinach pokazując nie tylko sportowe emocje, ale także pracę zespołową i zasady fair play.

Ognisko z pieczeniem kiełbasek: wieczór przy ognisku to nieodłączny element każdych kolonii, który tworzy niezapomniane wspomnienia.

Dyskoteka nad brzegiem jeziora: wieczorna zabawa przy rytmach ulubionej muzyki na tle malowniczego jeziora. To czas, gdy można dać się ponieść muzyce, światłom i wspólnej zabawie.

Gra terenowa: przygoda, zagadki i tajemnice czekają podczas gry terenowej. To doskonały test orientacji, sprytu i pracy zespołowej.

Karaoke: scena, mikrofon i ulubione piosenki. Czas na śmiech, aplauz i wspólne śpiewanie hitów.

Konkurs talentów: każdy ma jakiś talent, a nasz konkurs to okazja, by go pokazać! Niezależnie od tego, czy jest to śpiew, taniec, żonglerka czy recytacja - scena należy do uczestników.

Wieczór filmowy: popcorn w rękę i ulubiony film na dużym ekranie. To idealny sposób na zakończenie aktywnego dnia.

Realizacja założeń programowych będzie dostosowywana na bieżąco do warunków pogodowych oraz preferencji i możliwości grupy.

CAŁODNIOWA WYCIECZKA AUTOKAROWA

Wycieczkę po **Krainie Jezior i Lasów** zaczniemy od **kolejki wąskotorowej** z Ełku do Sypitek. Po drodze zrobimy przystanek na ognisko z pieczeniem kiełbasek. Następnie ruszymy autokarem do **Augustowa**, gdzie czeka nas spacer po mieście i oczywiście – obowiązkowa wizyta u Beaty z Albatrosa! Kto zna piosenkę, ten wie, o co chodzi. Na zakończenie wycieczki popłyniemy w **rejs statkiem Doliną Rospudy**.

CENA I WARUNKI PŁATNOŚCI

Cena pobytu: 2 900 złotych

Zaliczka w wysokości 30% wartości rezerwowanego pobytu płatna w ciągu 3 dni od dnia otrzymania potwierdzenia przyjęcia rezerwacji (ale nie wcześniej, niż 6 miesięcy przed początkiem pobytu) na rachunek o numerze 67 1140 2004 0000 3502 8434 7816. Pozostała część płatna 30 dni przed rozpoczęciem pobytu.

Dopłaty do diet

wegetariańska:	+20 złotych/osoba/dzień
bezcukrowa, bezmleczna:	+30 złotych/osoba/dzień
bezglutenowa, wegańska, bez laktozy:	+35 złotych/osoba/dzień
eliminacyjna, łączona:	cena ustalana indywidualnie

DOJAZD

W każdym terminie zapewniamy zorganizowany dojazd z Warszawy (najczęściej autokarem). Zbiórka odbywa się zazwyczaj na Placu Defilad.

Przy odpowiednio dużej liczbie chętnych organizujemy również dojazdy z większych miast wskazanych poniżej. Najczęściej jest to przejazd PKP do Warszawy (następnie autokarem do ośrodka) lub przejazd PKP do Ełku, Grajewa albo Augustowa (i dalej bussem do ośrodka).

W przypadku przejazdów PKP istnieje możliwość dołączenia do grupy na wybranych stacjach pośrednich.

Koszt dojazdu jednej osoby (w obie strony):

Warszawa	290 zł	Katowice	390 zł	Kraków	390 zł	Lublin	350 zł
Łódź	340 zł	Poznań	370 zł	Trójmiasto	230 zł	Wrocław	240 zł

Dojazdy dedykowane:

Możliwa jest organizacja dojazdów autokarowych z innych miejscowości w przypadku odpowiedniej liczby chętnych. Koszt w takim przypadku jest ustalany indywidualnie.

KONTAKT

Formalności (umowy, płatności):	Artur Korol, 601 27 31 30
Program:	Katarzyna Kabzińska, 666 196 220
E-mail:	centrum@juvare.pl
Więcej informacji:	https://www.juvare.pl