



Fundusze Europejskie
dla Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



URZĄD MARSZAŁKOWSKI
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO



Ramowy Program letnich obozów żeglarskich „Z nauką pod żaglami” 2025 organizowanego w ramach projektu Zdolni z Pomorza – lato z AWFIS

Organizator: Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku



Terminy obozów:

I turnus:	21.07.2025 – 27.07.2025
II turnus:	28.07.2025 – 03.08.2025
III turnus:	04.08.2025 – 10.08.2025

Miejsce zakwaterowania:

Narodowe Centrum Żeglarstwa AWFIS w Górkach Zachodnich w Gdańsku
Pokoje 4 osobowe z łazienkami. Wyżywienie w formie cateringu.

Ramowy program pobytu:

Dzień pierwszy (poniedziałek)

12:00	Zbiórka na Dworcu Głównym PKS w Gdańsku, przejazd do NCŻ
13:00-14:00	Zakwaterowanie
14:00-15:00	Obiad
15:00-16:00	- Przywitanie młodzieży, zapoznanie z kadrą oraz z miejscem obozu - Zajęcia z ratownikiem „Bezpieczeństwo nad wodą”, Pierwsza pomoc przedmedyczna
16:00-18:00	Zajęcia sportowe - szkolenie żeglarskie
18:00 -19:00	Kolacja
19:00 - 22:00	Zajęcia integracyjne

Dzień drugi (wtorek)

08:00-09:00	Śniadanie
09:00-13:00	Zajęcia sportowe - szkolenie żeglarskie
13:00-14:00	Obiad
14:00-18:00	Zajęcia sportowe - szkolenie żeglarskie
19:00 -20:00	Kolacja
20:00 - 22:00	Zajęcia integracyjne

Dzień trzeci (środa)

08:00-08:30	Śniadanie
08:30-09:30	Dojazd do AWFIS
09:30-15:30	Zajęcia naukowe na AWFIS (Laboratorium Wysiłku Fizycznego oraz Laboratorium



Fundusze Europejskie
dla Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



URZĄD MARSZAŁKOWSKI
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

	Genetyki)
15:30-16:30	Powrót do NCŻ
16:30-17:30	Obiad
17:30-19:30	Zajęcia sportowe
19:30 -20:30	Kolacja
20:30 - 22:00	Zajęcia integracyjne

Dzień czwarty (czwartek)

08:00-09:00	Śniadanie
09:00-13:00	Zajęcia sportowe - szkolenie żeglarskie
13:00-14:00	Obiad
14:00-18:00	Zajęcia sportowe - szkolenie żeglarskie
18:00 -19:00	Kolacja
19:00 - 22:00	Zajęcia integracyjne

Dzień piąty (piątek)

08:00-09:00	Śniadanie
09:00-13:00	Zajęcia sportowe - szkolenie żeglarskie
13:00-14:00	Obiad
14:00-18:00	Zajęcia sportowe - szkolenie żeglarskie
18:00 -19:00	Kolacja
19:00 - 22:00	Zajęcia integracyjne

Dzień szósty (sobota)

08:00-09:00	Śniadanie
09:00-13:00	Zajęcia sportowe - szkolenie żeglarskie
13:00-14:00	Obiad
14:00-18:00	Muzeum Emigracji – Gdynia
18:00 -19:00	Kolacja
19:00 - 22:00	Ognisko/grill

Dzień siódmy (niedziela)

08:00-09:00	Śniadanie
09:00-10:00	Zakończenie obozu
10:00-11:00	Wykwaterowanie i przejazd z NCŻ do Gdańska
11:00	Zakończenie obozu i odbiór uczestników przez Rodziców

Ramowy program pobytu może ulec zmianie.