

NIEZBĘDNIK UCZESTNIKA

Co należy codziennie zabrać na zbiórkę:

1. Bidon na wodę

- żeby nam jej nie zabrakło na naszych wyprawach.

2. **Czapka, szalik, rękawice!**

- zabieramy zawsze na wyjścia, by nas pogoda nie zaskoczyła.

3. **Wygodne buty sportowe.**

4. **Na treningi (badminton/wspinaczka/piłka nożna):**

- koszulka dodatkowa na zmianę,

- spodenki/leginsy do treningu,

- skarpety do treningu.

5. **DOBRY HUMOR!!!!!! 😊**

Informacje dodatkowe:

Uczestnicy będą mieli zapewnioną wodę w czasie pobytu (będzie systematycznie uzupełniana do bidonów). Napoje, które będą dzieci zabierały z domu powinny być w butelkach plastikowych.