



## I. Program Militarno-Survivalowego Obozu Komandosa

### Obszar I – teoria

- **BHP** - zapoznanie z zasadami bezpieczeństwa podczas przebywania na obozie oraz używania broni
- **Kodeks honorowy** – omówienie zasad, obowiązków i zakazów panujących podczas gier z karabinkami ASG i paintball, zachowanie się podczas trafienia, zachowania fair play

### Obszar II – taktyka wojskowa

- **Nauka poprawnej obsługi repliki ASG i paintball, składanie i czyszczenie broni**
- **Nauka strzelania z łuków do celu oraz rzucania nożem sportowym do celu**
- **Postawy strzeleckie** - poznajemy rodzaje poprawnych postaw podczas strzelania, ćwiczenia postaw podczas pracy statycznej i dynamicznej, ćwiczenie płynnych przejść między postawami
- **Celność strzału** – omówienie wymaganych elementów celnego strzału, ćwiczymy strzelanie do tarczy podczas pracy statycznej i dynamicznej
- **Taktyki stosowane w grach wojskowych** - omówienie stosowanych taktyk takich jak: atak, szturm, zorganizowanie obrony, eksploracja terenu rozgrywki
- **Komunikacja** – poznajemy techniki komunikacji werbalnej i niewerbalnej w zespole
- **Kamuflaż** – poznajemy techniki kamuflażu i maskowania się oraz próbujemy ukryć się w terenie przed grupą poszukiwawczą
- **Wojskowy tor przeszkód** – ćwiczenie toru przeszkód z bronią, rywalizacja pomiędzy zespołami
- **Gry wojenne** – zajęcia w terenie wzorowane na zajęciach wojskowych jednostek specjalnych, różne scenariusze gier

### Obszar III – topografia i mapa terenu

- **Kompas** – posługujemy się kompasem i określamy kierunki
- **Inne przyrządy** - samodzielnie budujemy inne przyrządy np. gnomon, zegar słoneczny i inne
- **Topografia** – odnajdywanie punktów bez użycia przyrządów, wykorzystywanie naturalnych sposobów orientowania się w terenie
- **Mapa** – uczyliśmy się orientować mapę w terenie. Czekają na nas wyprawy z mapą i kompasem, odnajdywanie określonych miejsc podczas wypraw zespołowych

### Obszar IV – budowa bazy w terenie i Zielona Kuchnia

- **Baza** – budujemy różnego rodzaju schronienia (jednospadowe, dwuspadowe, tipi)
- **Ogniska** – przygotowujemy różnego typu ogniska (wigwam, piramida, studnia, gwiazda, typu T, Dakota, szwedzkie). Rozpalamy ogniska różnymi sposobami-bez użycia zapalek.
- **Zielona Kuchnia** – poszukujemy jadalnych roślin w lesie i na łące, gotujemy z nich posiłki na ogniskach typu Dakota. Poznajemy sposoby zdobycia i uzdatnienie wody pitnej

- **Leśna Apteczka** – poznajemy i poszukujemy roślin leczniczych, uczymy się ich stosować w praktyce
- **Budujemy tratwę (dotyczy HBO Przerwanki)**- budujemy w zespołach tratwy oraz wodujemy je. Zobaczymy kto da radę popłynąć...
- **Survivalowe bransoletki** – własnoręcznie wypleciemy survivalowe bransoletki typu paracord

## Obszar V – wspinaczka skałkowa/lub z wykorzystaniem innych elementów krajobrazu

- **Podstawowe węzły** – poznajemy podstawowe węzły używane przy wspinaczce skałkowej i uczymy się je wiązać
- **Przyrządy wspinaczkowe** – omówienie przyrządów oraz sposobów ich użytkowania, ćwiczymy z przyrządami wspinanie się i zjazdy na linie
- **Wspinaczka** – nauka wspinaczki skałkowej na terenie Góry Zborów (dotyczy obozu Jura Krakowsko-Częstochowska, HBO Kostkowice), zjazdy na linie, mosty linowe i inne. Zajęcia prowadzone przez instruktorów wspinaczki wysokogórskiej z wieloletnim doświadczeniem. Na terenie HBO Przerwanki przechodzimy mostami linowymi nad rzeką Sapiną oraz wspinamy się na bunkry/obiekty/drzewa.

## II. Zakwaterowanie i wyżywienie

Uczestnicy zakwaterowani są w namiotach harcerskich min 5 osobowych, wyposażonych w łóżka typu kanadyjka, materac, 2 koce/osobę, półki namiotowe.

Sanitariaty: wc i prysznice z ciepłą wodą na terenie bazy.

Wyżywienie: 4 posiłki dziennie (śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja), dostępna woda do picia przez cały czas. Konieczność posiadania własnych menażek, sztućcy i kubka

## III. O ośrodku

**Harcerska Baza Obozowa w Kostkowicach (HBO Kostkowice)** to ośrodek zajmujący ponad 13 ha sosnowego lasu położony w bliskim sąsiedztwie zalewów, zamków oraz pięknych krajobrazów Jury Krakowsko-Częstochowskiej.

W bliskiej odległości znajduje się Rezerwat Góra Zborów wraz z jaskinią Głęboką, które pozwalają korzystać z uroków wspinaczki skałkowej oraz wycieczek przyrodniczych. W niedalekiej odległości znajdują się zamki: Ogrodzieniec, Mirów, Bobolice oraz Bąkowiec, które należą do szlaku tzw. Orlich Gniazd. W pobliżu obozu znajdują się również interesujące formacje skalne: Wielbłąd i Jarzębnik, Góra Popielowa, Jaskinia Kroczycka oraz Okiennik Wielki.

W pobliżu bazy znajduje się Zalew Dzibice oraz wywierzyska rzeki Białki, umożliwiające korzystanie z kąpeli oraz poznawania przyrody i różnorodnej roślinności.

**Harcerska Baza Obozowa Przerwanki (HBO Przerwanki)** to ośrodek położony 14 km od Węgorzewa w przepięknym sosnowo-świerkowym lesie. Baza znajduje się nad pięknym jeziorem Gołdapiwo, objętym strefą ciszy co oznacza, że pływają po nim jedynie żaglówki, łódzie wiosłowe czy kajaki. Własne kąpielisko umożliwia kąpiele w naprawdę czystej wodzie, pływanie kajakami i deskami typu SUP a bezpieczeństwa kąpiących się strzeże ratownik WOPR.

Bliskość poniemieckiej Śluzy Przerwanki oraz spływ rzeką Sapiną pozwala na wspaniałe wyprawy kajakowe oraz spływ śluzą.

W bliskiej odległości znajdują się poniemieckie bunkry w Przerwankach czy niemieckie kwatery Himmlera, które pozwalają na odkrywanie historii tych terenów oraz uczestniczenie w programie odkrywania zaginionych bunkrów poniemieckich.

## **IV. Terminy i cena**

**Jura Krakowsko-Częstochowska (HBO Kostkowice)**  
**ul. Wierzbowa 112, 42-425 Kostkowice, gmina Kroczyce**

1-8 lipca 2023 (turnus 8 dni) - 1799 PLN

8-15 lipca 2023 (turnus 8 dni) – 1799 PLN

1-15 lipca 2023 (turnus 15 dni) – 3299 PLN

**Mazury, jezioro Gołdapiwo (HBO Przerwanki)**  
**Przerwanki, 11-610 Pozezdrze**

20-29 lipca 2023 (10 dni) – 2199 PLN

### **Cena zawiera**

pobył i zakwaterowanie w namiotach harcerskich 6 osobowych, wyposażonych w łóżka typu kanadyjka i półki,  
wyżywienie 4x dziennie (śniadanie, obiad, podwieczorek i kolacja),  
opiekę wychowawców oraz instruktorów,  
opiekę personelu medycznego i ratownika WOPR,  
bogaty program zajęć zawartych w programie,  
ubezpieczenie NNW,  
mundur (górnika) i okulary ochronne na czas zajęć militarnych  
replikę broni z kulkami na czas zajęć militarnych

Cena nie zawiera transportu: transport może zostać zorganizowany z wyznaczonych miejsc za dodatkową opłatą (kontakt z organizatorem)

**Na obóz można zabrać własną replikę ASG oraz własny mundur, akcesoria, płachtę lub folię przeciwdeszczową**

W turnusach 8-dniowych realizowane są wybrane elementy programu z uwagi na krótszy czas wypoczynku, warunki pogodowe oraz preferencje uczestników.