



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
- **Survivalowe bransoletki** – własnoręcznie wypleciemy survivalowe bransoletki typu paracord

Obszar V – zajęcia medyczne

- **Udzielanie pierwszej pomocy przedmedycznej**- poznamy/przypomnimy w jaki sposób należy udzielać pierwszej pomocy przedmedycznej
- **Pomoc przedmedyczna na polu walki**- będziemy segregować rannych wg metody Triage, nauczymy się opatrywać rany kończyn oraz głowy, stosować opaski stazy i inne
- **Ewakuacja poszkodowanego z pola walki**- nauczymy się jak zabezpieczyć rannego oraz zbudować nosze do ewakuacji

Obszar VI – 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, zjazdy na linie, mosty linowe i inne. Zajęcia prowadzone przez instruktorów wspinaczki wysokogórskiej z wieloletnim doświadczeniem (dotyczy obozu na terenie HBO Kostkowice – Jura Krakowsko-Częstochowska)
- **Eksploracja jaskini**– przeprawimy się przez Jaskinię Berkową (góra Kołoczek), gdzie poznamy świat jaskiń w całkowitych ciemnościach
- **Przeprawy linowe**- przechodzenie mostami linowymi nad rzeką i/lub kanałem, nauka wspinaczki z wykorzystaniem drzew

Obszar VII – zajęcia wodne i wodno-łądowe

- **Przeprawy wodne i błotne** – będziemy przeprawiać się przez rzeki, szuwary, tereny podmokłe i bagienne
- **Budujemy tratwę** - budujemy w zespołach tratwy oraz wodujemy je. Zobaczymy, która drużyna da radę dalej popłynąć
- **Zabawy w wodzie** – będziemy pływać na deskach SUP i kajaku (dotyczy Baz w Kostkowicach i Kątach Rybackich)

II. Zakwaterowanie i wyżywienie

Uczestnicy zakwaterowani są w namiotach harcerskich min. 5 osobowych, wyposażonych w łóżka typu kanadyjka, materac, 2 koce/osobę, półki namiotowe lub domkach z łózkami piętrowymi (dotyczy tylko HBO Kostkowice)

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

Nocleg: konieczność posiadania własnej poduszeczki oraz śpiwora

III. O ośrodkach:

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 Jaskinią Berkową, które pozwalają korzystać z uroków wspinaczki skałkowej, zajęć spaleo 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. Przez teren bazy przepływa rzeka Białka z niewielką piaszczystą plażą, umożliwiającą korzystanie z kąpieli oraz poznawania przyrody i różnorodnej roślinności. **Adres pobytu: ul. Wierzbowa 112, 42-425 Kostkowice**

Harcerska Baza Obozowa w Kokotku (HBO Kokotek) zajmuje powierzchnię 16 ha i jest zlokalizowana w przepięknym lesie świerkowo-sosnowym, bogatym w runo leśne i atrakcje naturalne.

W okolicy ośrodka znajduje się Staw Posmyk, wokół którego każdego roku odbywa się Bieg Katorznika, stawy: Kokotek I i II oraz rzeka Mała Panew, umożliwiające korzystanie z aktywnych zajęć wodno-łądowych. Sama grobla wokół południowo- wschodniego brzegu Stawu Posmyk liczy ok 2 km. Rosną na niej wiekowe dęby, wiązy, klony, lipy i olchy, gdzie dęby mają dobrze ponad 300 lat i były sadzone wraz z powstaniem grobli na stawie. Od południa do stawu przylega porośnięta starymi sosnami polodowcowa wydma, najwyższa i najdłuższa w okolicy, dawniej przez miejscowych nazywana Górą lub Górką. Okolica Stawu Posmyk to siedlisko wielu unikalnych roślin, w tym wodnych, ostoja ptactwa wodnego: łabędzia niemego, ptaków brodzących, bociana czarnego, czapli, żurawi i jedyny na Górnym Śląsku teren łęgowo-żerowiskowy ortów bielików. **Adres pobytu: Kokotek Leśnica, Osiedle Piłka, 42-700 Lubliniec**

Baza Obozowa Hufca ZHP Przasnysz w Kątach Rybackich mieści się nad samym Morzem Bałtyckim (Zatoka Gdańska) na Mierzei Wiślanej. W otoczeniu obozowiska znajdują się wydmy porośnięte lasem sosnowo- bukowym a teren ma górzyste ukształtowanie, idealne do rodzaju prowadzonych zajęć. Od plaży dzieli nas jedynie 300 m a teren obozu znajduje się na terenie Parku Krajobrazowego Mierzeja Wiślana. Bliskie sąsiedztwo rezerwatów sprzyja odkrywaniu przyrody a jednym z nich będzie Rezerwat Kormoranów w Kątach Rybackich. W okolicy obozowiska znajduje się również Zalew Wiślany i rezerwat przyrody Ujście Wisły Królewieckiej, będący jednym z najbardziej malowniczych miejsc na Mierzei Wiślanej. **Adres pobytu: Kąty Rybackie, gmina Sztutowo na Mierzei Wiślanej**

IV. Terminy i cena

Jura Krakowsko-Częstochowska

Harcerska Baza Obozowa ZHP Zawiercie w Kostkowicach

ul. Wierzbowa 112, 42-425 Kostkowice, gmina Kroczyce, woj. śląskie

1-10 lipca 2025 (turnus 10 dni) - 2490 PLN (dopłata domek 100 zł)

Harcerska Baza Obozowa Hufca ZHP Bytom w Kokotku

Kokotek Leśnica, Osiedle Piłka, 42-700 Lubliniec, woj. śląskie

12-21 lipca 2025 (10 dni) – 2490 PLN

Baza Obozowa Hufca ZHP Przasnysz w Kątach Rybackich

Kąty Rybackie, gmina Sztutowo, woj. pomorskie

24 lipca-2 sierpnia 2025 (10 dni) – 2490 PLN

Cena zawiera

- pobyt i zakwaterowanie w namiotach harcerskich min. 5 osobowych, wyposażonych w łóżka typu kanadyjka i półki lub domkach 8 i 4 osobowych z łózkami piętrowymi (dotyczy tylko HBO Kostkowice)
- wyżywienie 4dziennie (śniadanie, obiad, podwieczorek i kolacja),
- opiekę wychowawców oraz instruktorów,
- opiekę personelu medycznego i ratownika WOPR,
- bogaty program zajęć zawartych w programie,
- ubezpieczenie NNW,
- mundur (góra) i okulary ochronne na czas zajęć militarnych
- replikę broni z kulkami na czas zajęć militarnych

Cena nie zawiera transportu.

Przyjazd w dniu zakwaterowania o godzinie 12, wyjazd do godziny 11.

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