

Weź udział w zimowej edycji Avalon Camp - obozie zimowym w Wiśle - Perle Beskidu Śląskiego



08 - 15 marca 2025

Obóz zimowy **Avalon Camp** to propozycja dla Ciebie

Obóz zimowy w Wiśle to propozycja dla osób, które pragną połączyć **aktywność, relaks i integrację w otoczeniu pięknych górskich krajobrazów**. W sercu Beskidu Śląskiego, w nowoczesnym **Ośrodku Paraliimpijskim Start**, czeka na uczestników komfortowe zakwaterowanie i infrastruktura **dostosowana do potrzeb osób z niepełnosprawnościami**.

Na miejscu dostępne są doskonale wyposażone obiekty sportowe oraz malownicze trasy narciarskie, idealne do uprawiania sportów zimowych. To nie tylko okazja do aktywnego spędzenia czasu, ale także do tworzenia niezapomnianych wspomnień w przyjaznej, zimowej atmosferze.



Adres:

Ośrodek Przygotowań Paraolimpijskich z siedzibą w Wiśle,
ul. Olimpijska 1, 43-460 Wisła

Koszt:

3000 złotych

W programie między innymi:



Zajęcia sportowe i gry zespołowe

Różnorodne aktywności sportowe, takie jak siatkówka, koszykówka, piłka nożna czy inne gry integracyjne, które pozwalają na wspólną zabawę i budowanie ducha zespołowego.



Warsztaty z neurologopedką

Praca nad oddechem, autoprezentacją i emisją głosu. Zajęcia prowadzi specjalistka neurologopedka, która w przyjaznej atmosferze pomoże uczestnikom rozwijać ich umiejętności komunikacyjne.



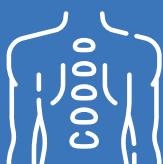
Treningi siłowe

Dostosowane do grupy treningi wzmacniające, które poprawią ogólną kondycję, a także pomogą budować siłę i wytrzymałość.



Zajęcia na basenie

Relaks i regeneracja po aktywnościach na świeżym powietrzu, a także ćwiczenia poprawiające kondycję i koordynację w wodzie.



Zdrowy kręgosłup oraz Zoga

Zajęcia mające na celu poprawę postawy ciała, elastyczności oraz przeciwdziałanie bólom kręgosłupa. Zoga to metoda łącząca jogę z terapią manualną, dbającą o lepsze funkcjonowanie ciała.



Wycieczka w góry

Piesza wycieczka po Beskidzie Śląskim, dostosowana do możliwości i kondycji uczestników, pozwalająca na podziwianie pięknych widoków i odkrywanie lokalnej przyrody.



Gra terenowa

Pełna przygód gra terenowa, podczas której uczestnicy będą współpracować w zespołach, rozwiązywać zagadki i wykonywać wyzwania w otoczeniu zimowej przyrody Beskidu Śląskiego.



Zwiedzanie Muzeum Wiślańskiej Kuchni Regionalnej

Wizyta w muzeum poświęconym kulinarnym tradycjom Wisły, gdzie uczestnicy będą mogli poznać historię i smaki lokalnej kuchni.



Przejażdżka Ciuchcią Wiślańską

Wyjątkowa okazja do poznania Wisły z pokładu Ciuchci Wiślańskiej, z której roztaczają się malownicze widoki i która umożliwia poznanie lokalnych ciekawostek.



Szkolenie AI w praktyce

Kompleksowe szkolenie, które pozwoli zrozumieć kluczowe zagadnienia związane z AI, takie jak sztuczna inteligencja generatywna (GenAI), uczenie maszynowe (ML) czy automatyzacja zadań. Uczestnicy nauczą się, jak wykorzystać narzędzia AI.

Wszystkie zajęcia prowadzone są przez doświadczoną i wykwalifikowaną kadrę terapeutów **Centrum Aktywnej Rehabilitacji Fundacji Avalon**. Obóz **Avalon Camp** to niezapomniane wrażenia, aktywny wypoczynek, rozwój umiejętności oraz integracja z grupą.



Skontaktuj się z nami!

Centrum Aktywnej Rehabilitacji Fundacji Avalon



Mail: fizjoterapia@fundacjaavalon.pl



Telefon: 533 317 712

www.fundacjaavalon.pl