

## SZKOLENIOWY WYJAZD SZKIEROWO-MORSKI

# „BAŁTYK POD WIOSŁEM 2016” - stacjonarny

*samolotem na szkiery*

**POLSKA BAZA KAJAKOWA - Stensunds Folkhögskola**

*21 - 26 sierpnia 2016 r.*

### 1. Wprowadzenie

Wyjazd o formule stacjonarnej na terenie Stensunds Folkhögskola zakłada noclegi w pawilonie „Tallstugan” położonym na wyspie (dojście mostkiem dla pieszych) oraz dwa posiłki dziennie w formie bufetu szwedzkiego oraz lunch na wyspach (kanapki) w przerwie w czasie pływnięcia. Czas między śniadaniem a obiadową kolacją będzie maksymalnie wykorzystany na szkolenia, jak i samo uprawianie kajakarstwa szkierowo-morskiego w formie jednodniowych wycieczek. Położenie bazy kajakowej u wrót szkiarów gwarantuje zaplanowanie różnorodnych tras na każdy dzień pływania z powrotem do bazy.

„Bałtyk pod wiosłem” o formule stacjonarnej polecamy więc dla osób, które oczekują większego komfortu w czasie pobytu i skupienie się na samych aspektach szkoleniowych i pływaniu nie martwiąc się równocześnie o aprowizację i pozostałe aspekty logistyczne w formule wyprawowej. Szkolenia będą prowadzone od poziomu podstawowego.



### 2. Termin imprezy

21.08 (niedziela) - 26.08 (piątek) 2016 r.

### 3. Miejsce i termin spotkania uczestników

Miejsce spotkania – lotnisko Sztokholm-Skavsta. Przewóz uczestników z lotniska do bazy będzie zsynchronizowany z samolotem lecącym z Warszawy - planowane lądowanie 21.08.2016 r. o godz. 07:50 (rejs W6 1501).

Można dojechać też we własnym zakresie bezpośrednio do bazy w Stensund.

### 4. Cel

- Szkolenie z kajakarstwa szkierowo-morskiego ze szczególnym uwzględnieniem aspektów bezpieczeństwa i nawigacji (z możliwością weryfikacji PSKK oraz EPP).
- Promocja i propagowanie kajakarstwa szkierowo-morskiego oraz czynnego wypoczynku.
- Poznanie uroków szwedzkich szkierów.
- Integracja środowiska polskich kajakarzy morskich w celu organizacji wspólnych wypraw.
- Testy sprzętu.

### 5. Organizator spływu

Po stronie szwedzkiej: Grzegorz Rózik (kom. +46 73 9532419).

Po stronie polskiej: Adam Grzegorzewski (kom. +48 603 800705).

Redakcja Magazynu Kajakowego WIOSŁO

ul. Samsonowicza 2, 25-564 Kielce

www.szkiery.pl, www.skanpol.com/kajak

e-mail: bpw@wioslo.pl

### 6. Warunki uczestnictwa

- Umiejętność pływania wpraw.
- Posiadanie obowiązkowego wyposażenia.
- Pozytywna weryfikacja, uiszczenie wpisowego oraz wykupienie biletu lotniczego.

### 7. Koszty uczestnictwa i wykupienie biletów lotniczych

**1950 zł** – wpisowe od osoby (płatne przelewem). Dla stałych uczestników rabat w wysokości 100 zł.

Kwota wpisowego obejmuje: **wypożyczenie** morskiego kajaka jednoosobowego z wiosłem, fartuchem i kamizelką asekuracyjną (na cały okres pobytu), **transport uczestników** z lotniska Sztokholm-Skavsta do Polskiej Bazy Kajakowej w Stensunds Folkhögskola (ok. 60 km) i z powrotem, **5 noclegów** w pawilonie „Tallstugan”, **5 śniadań**, **4 lunch-pakiety** i **5 obiadokolacji** w formie bufetu szwedzkiego, **sauna opalona drewnem**, **prowadzenie szkoleń** z kajakarstwa szkierowo-morskiego ze szczególnym uwzględnieniem aspektów bezpieczeństwa i nawigacji z możliwością **weryfikacji na I i II stopień PSKK (Polski System Kwalifikacji Kajakowych) z kajakarstwa morskiego**, **organizację dziennych wypadów** kajakowych na szkiery, przygotowanie dla każdego uczestnika **map w skali 1:50 000**, **opiekę doświadczonych instruktorów**, formalności itp.

*Ceny wypożyczenia kajaków w Szwecji znacząco odbiegają od cen w Polsce. Dla porównania cena samego wypożyczenia morskiego kajaka jednoosobowego (bez transportu) w okolicach Trosy za jeden dzień wynosi 300 SEK, czyli 138 zł (np. w firmie Hälögö Kajakkafé, <http://www.paddling.se>). Kurs: 1 SEK – ok. 0.46 PLN*

Wpisowe należy wpłacać na podany rachunek bankowy po potwierdzeniu u organizatora wstępnej weryfikacji uczestnictwa (wówczas należy również **wykupić bilet lotniczy we własnym zakresie**).

Ze względu na ograniczoną ilość miejsc dla uczestników (maksymalnie 12 osób) organizator prowadzi dwie listy – podstawową i rezerwową. O kolejności miejsc na liście decyduje data wpłaty do dnia 31 maja 2016 r. Po tym terminie zostanie odblokowana lista rezerwowa. Minimalna liczba osób, przy której wyjazd się odbędzie to 8 osób (koszt wynajęcia „Tallstugan” jest stały i nie zależy od ilości uczestników).

Dane do przelewu (tylko wpisowe): Magazyn Kajakowy WIOSŁO, ul. Samsonowicza 2, Kielce  
nr rach.: **50 1020 5558 1111 1444 0430 0088**, tytuł przelewu: BPW, *imię, nazwisko*

## Bilety lotnicze – wylot z lotniska Warszawa-Chopin

Linie lotnicze Wizz Air. Rezerwacja i wykupienie biletów przez Internet.

Adres strony: <http://www.wizzair.com>

Na dzień 09.03.2016 r. bilet lotniczy w obie strony kosztował 358 zł (wylot z Warszawy). Cena ta może ulec zmianie (w górę lub w dół). Warto monitorować ceny i kupić bilet w najlepszej ofercie. Należy również pamiętać o wykupieniu dodatkowego bagażu rejestrowanego w obie strony! Poniżej dokładne informacje o przelotach z Warszawy.

**Warszawa Chopin (WAW) → Sztokholm Skavsta (NYO) W6 1501 2016-08-21 06:10 - 07:50**

**Sztokholm Skavsta (NYO) → Warszawa Chopin (WAW) W6 1502 2016-08-26 08:35 - 10:10**

W razie trudności z rezerwacją prosimy o kontakt.

Można również dostać się do Skavsty z innych miast Europy oraz innymi liniami lotniczymi (np. Ryanair), jednak wyjazd z lotniska do bazy będzie zsynchronizowany z lotami z Warszawy.

## 8. Skrócony program wyjazdu

### 21 sierpnia, niedziela

godz. 07.50 – planowane lądowanie samolotu z Warszawy na lotnisku Sztokholm-Skavsta.

godz. 08.15 – transport uczestników do Polskiej Bazy Kajakowej w Stensunds Folkhögskola koło Trosy.

godz. 09.15 – przyjazd do Stensunds Folkhögskola. Zakwaterowanie i po śniadaniu rozpoczęcie szkolenia.

### 22 -25 sierpnia, poniedziałek-czwartek

4 dni szkoleń i pływania. Zajęcia zaczynają się po śniadaniu, lunch na wyspach, powrót do bazy na obiadokolację. W czasie wyjazdu będzie możliwość zwiedzania urokliwego miasteczka portowego Trosa.

### 26 sierpnia, piątek

godz. 06.30 – wyjazd grupy z Polskiej Bazy Kajakowej w Stensunds Folkhögskola na lotnisko Sztokholm-Skavsta i odlot do Polski.



Pawilon „Tallstugan” – miejsce zakwaterowania



Widok z okna „Tallstugan” na morze



Cwiczenia z technik ratowniczych już na morzu



## 9. Wyposażenie obowiązkowe uczestnika:

- telefon komórkowy z obudową wodoszczelną i aktywnym roamingiem,
- przezroczysty kompas płaski ze skalą od 0 do 360 stopni (umożliwiający jednoczesne posługiwanie się mapą),
- mapnik formatu min. A4,
- kurtka chroniąca od wiatru i deszczu,
- okrycie głowy (ochrona przed słońcem).

## 10. Wyposażenie dodatkowe uczestnika:

- odzież przystosowana do kontaktu z wodą (np. Aqua Shell, neopren),
- nóż typu nurkowego lub inny łatwo dostępny podczas pływnięcia,
- okulary przeciwsłoneczne,
- wodoodporny środek do opalania,
- kompas kajakowy,
- lornetka,
- pomadka do ust lub inny preparat o podobnym działaniu.

## 11. Inne

Oprócz weryfikacji PSKK (Polski System Kwalifikacji Kajakowych) z kajakarstwa morskiego istnieje również możliwość weryfikacji EPP (Euro Paddle Pass) do stopnia niebieskiego włącznie (zainteresowane osoby proszone są o kontakt bezpośredni do egzaminatora - Grzegorza Rózika).

Zaleca się wyrobienie na czas wyjazdu EUROPEJSKIEJ KARTY UBEZPIECZENIA ZDROWOTNEGO (bezpłatnie). Więcej informacji na stronie <http://www.nfz.gov.pl> (zakładka „Dla pacjenta” – „Jak wyrobić kartę EKUZ?”). Dodatkowy pakiet ubezpieczeniowy uczestnicy wykupują wg własnego uznania.

Należy zwrócić szczególną uwagę na wagę i wymiary bagażu do samolotu (aktualne informacje na stronie [www.wizzair.com](http://www.wizzair.com)).

Osoby mające więcej czasu i chcące zaplanować dłuższy pobyt w Szwecji mogą rozważyć dostanie się do bazy własnym samochodem (np. prom POLFERRIES z Gdańska do Nynäshamn).

Warto zapoznać się z relacjami z poprzednich wyjazdów na stronie [www.wioslo.pl/wyprawy](http://www.wioslo.pl/wyprawy).



Bufet szwedzki to standard żywieniowy



Pierwsze szkolenia z nawigacji „na sucho”