

# BARCELONA

## CHECK LIST

### Ubrania

- strój sportowy, T-shirt, spodenki
- spodnie dresowe, bluza
- letnie ciuchy
- bielizna i skarpetki (spakuj tyle aby starczyło na każdy dzień)
- piżama
- stroje kąpielowe, okulary, maska do pływania
- ubranie na dyskotekę
- mały plecak na wycieczki piesze
- okulary przeciwsłoneczne
- wygodne obuwie sportowe 2 pary + klapki
- nakrycie głowy

### Ważne!

Lekarstwa przyjmowane przez dzieci prosimy przekazać wychowawcy przed autokarem wraz z rozpisaniem dawkowaniem i danymi uczestnika.

Przypominamy, że dzieciom nie wolno mieć ze sobą żadnych lekarstw!!

Prosimy osoby, które źle znoszą podróż o zażycie leków na chorobę lokomocyjną przed wyjazdem!

Ważny dowód osobisty lub paszport. Ważny co najmniej 3 miesiące.

Skontaktuj się z nami:

☎ 571 510 511

✉ [biuro@naukaplywania.szczecin.pl](mailto:biuro@naukaplywania.szczecin.pl)

### Kosmetyki

- przybory toaletowe
- 2 ręczniki + ręcznik na plażę
- krem z filtrem UV min. 30, pianka na oparzenia słoneczne
- suszarka, szczotka do włosów + akcesoria (pakiet dla dziewczyn)
- środki przeciw kleszczom i komarom
- inne

### Inne

- bidon filtrujący wodę (podpisany!!)
- kieszonkowe wg. uznania
- mnóstwo dobrego humoru!
- prowiant na drogę, do picia tylko woda!
- na wieczorne integrację: można zabrać 1/2 gry lub książkę do poczytania
- poduszka do autokaru, kocyk
- słuchawki, ładowarka

  
UPTURYSTYKA



Uniwersytet  
Piłkarski



uniwersytet pływacki