



**AQUA ZDRÓJ**

CENTRUM AKTYWNEGO WYPOCZYNKU WAŁBRZYCH

[/WWW.AQUA-ZDROJ.PL](http://WWW.AQUA-ZDROJ.PL)

### **LISTA RZECZY NIEZBEDNYCH**

1. Obuwie zmienne - sportowe - NIE SANDAŁY, nie „kpacie szkolne”
2. Lekki ubiór sportowy tj. dziewczynki nie sukienki, nie rajstopy
3. Na zajęcia pływania:
  - czepek (silikonowy)
  - klapki
  - okulary
  - płetwy (opcjonalnie)
  - kostium
  - ręcznik
  - suszarka (opcjonalnie)
  - krem do twarzy
  - bluza zapinana/koszulka na basen (opcjonalnie)
  - żel pod prysznic (opcjonalnie)
4. Na zajęcia języka angielskiego: (warsztaty)
  - ołówek
  - gumka
  - temperówka
  - kredki
  - długopis
  - mulina
  - blok rysunkowy
5. Picie - woda! - mała butelka plastikowa/bidon
6. Na zajęcia sportowe/gimnastyczne:
  - Dres
  - Krótkie spodenki (elastyczne)/ getry
  - Zmienne skarpetki
  - Zmienna koszulka
  - Zmienne obuwie sportowe (na sałę z białą podeszwą lub „non-marking”)
7. Na wyjścia:
  - Kurtka z kapturem ( wiatrówka, przeciwdeszczowa)
  - Czapka z daszkiem- obowiązkowa codziennie podczas spacerów
8. Na zajęcia rowerowe:
  - własny rower
  - zabezpieczenie do roweru
  - kask
  - lekki ubiór sportowy
  - bidon
9. Czego **nie** brać?
  - **Soków/napojów gazowanych**
  - **Telefonów/tabletów/smartphone!**
  - **Własnego jedzenia**
  - **Słodczy**
  - **Pieniądzy**

Weronika Kołomańska