



**OBÓZ MILITARNO-  
OBRONNY GROM (OBÓZ  
ZIMOWY)**

Ośrodek Szkolenia  
Poligonowego GROM

**Miejsce:** [Ośrodek Szkolenia Poligonowego GROM w Czerwonym Borze](#)◆

**Uczestnicy:** Wiek 15 lat i powyżej (osoba niepełnoletnia wyłącznie za zgodą rodzica/opiekuna prawnego, wyrażoną na piśmie). Osoby, u których brak jest przeciwwskazań lekarskich do wykonywania ćwiczeń fizycznych.

**Kadra/Instruktorzy:** Zajęcia są prowadzone przez doświadczonych instruktorów, w tym byłych żołnierzy jednostki specjalnej GROM, posiadający doświadczenie w realizacji tego typu przedsięwzięć oraz stosowne kwalifikacje.◆

**Zakwaterowanie:** Panie, w pokojach dwuosobowych. Panowie, w wieloosobowych izbach żołnierskich.◆

**Wyżywienie:** Zapewnia zewnętrzna firma cateringowa, co najmniej trzy posiłki dziennie

**Główne założenia programowe:**◆

- a. Podstawową organizacyjną działalnością obozu jest ramowy program/rozkład dnia.◆
- b. Zajęcia są realizowane w formie wykładów oraz ćwiczeń praktycznych.◆ ◆
- c. Zajęcia odbywają się w miejscu pozwalającym na sprawną ich realizację i są realizowane zgodnie z zasadami obowiązującymi w dydaktyce. Są realizowane na sali wykładowej, w pomieszczeniach, w terenie oraz na strzelnicy
- d. W trakcie obozu są realizowane zagadnienia szkoleniowe w ramach następujących bloków tematycznych:

- wychowanie fizyczne
- walka wręcz/samoobrona
- musztra
- służba wartownicza
- szkolenie strzeleckie
- szkolenie topograficzne
- szkolenie medyczne
- szkolenie taktyczne – czarna taktyka CQB (Close Quarter Battle)
- szkolenie taktyczne – zielona taktyka
- elementy survival-u

**Ubiór i Wyposażenie:** Każdy Uczestnik powinien mieć ze sobą co najmniej następujące rzeczy:

- dokument tożsamości (legitymacja, dowód lub paszport)
- kurtkę przeciwdeszczową (ocieplaną), obuwie trekkingowe (ocieplane, może być również wojskowe), spodnie, bluzę z długim rękawem i ciepłą bieliznę, ocieplaną czapkę i rękawice na zajęcia w terenie oraz odzież i bieliznę na zmianę, stosowną do pory roku i warunków pogodowych
- obuwie i strój sportowy
- strój kąpielowy
- ochroniacz na zęby
- latarkę
- plecak do 30 litrów
- menażkę i manierkę
- sztućce
- śpiwór i karimatę
- klapki pod prysznic + przybory do higieny osobistej + co najmniej jeden ręcznik



- nieobowiązkowo i do rozważenia zaleca się: własne narty biegowe/buty do nart oraz łyżwy, suspensor oraz proszek do prania

**Ubezpieczenie:** Każdy uczestnik obozu będzie objęty ubezpieczeniem NNW w zakresie podstawowym. Zakupu polisy ubezpieczenia, w zakresie szerszym niż podstawowy może dokonać każdy uczestnik indywidualnie i na własną rękę.

**Dojazd:** Dojazd i powrót do/z Ośrodka Szkolenia Poligonowego GROM GROUP w Czerwonym Borze organizowany jest przez każdego z uczestnika we własnym zakresie. W przypadku niepełnoletnich uczestników dojazd uczestnika powinien przebiegać pod nadzorem rodzica/opiekuna prawnego lub innej osoby, uprawnionej przez rodzica/opiekuna prawnego. W przypadku niepełnoletnich uczestników powrót uczestnika powinien przebiegać pod nadzorem rodzica/opiekuna prawnego lub innej osoby, uprawnionej przez rodzica/opiekuna prawnego na piśmie. Uczestnicy obozu powinni stawić się w Ośrodku Szkolenia Poligonowego GROM GROUP w Czerwonym Borze, w dniu rozpoczęcia obozu, pomiędzy godziną: 15:00–18:00. Wyjazd w dniu zakończenia obozu, po śniadaniu, około godziny 10:00.

**Dodatkowe informacje:** Na zakończenie obozu każdy uczestnik otrzyma pamiątkowy certyfikat oraz koszulkę. Organizator zapewnia opiekę medyczną oraz pomieszczenia i sprzęt niezbędne do przeprowadzenia zajęć. Istnieje możliwość wypożyczenia na miejscu mundurów wojskowych (spodnie i bluza). Opłata za wypożyczenie: 60 PLN/komplet na czas trwania szkolenia.

**Uwagi:** Organizator zastrzega sobie możliwość dokonywania na bieżąco zmian w ramowym programie obozu, łączenia poszczególnych bloków szkoleniowych, w związku z koniecznością dostosowania zagadnień szkoleniowych do możliwości psychofizycznych i kondycyjnych uczestników, warunków pogodowych i w związku z wystąpieniem okoliczności i zdarzeń losowych, niezależnych od Organizatora oraz dopuszcza organizację zajęć w godzinach nocnych.