



Dragi Copii si dragi Parinți,

Vă mulțumim că ați ales Tabere cu Suflet! Suntem nerăbdători să vă avem ca oaspeți :)

Pentru ca să aveți o Tabara de vis, iată câteva lucruri de care trebuie să țineți seama:

1. **Obiectivul** taberelor este dezvoltarea armonioasa a copiilor, prin practicarea miscarii in natura, dar si prin activitati se relationarea cu ceilalti copii. Avand in vedere ca Tabara este de Schi / Snowboard, in ce priveste aceste sporturi, ne propunem in primul rand să transmitem copiilor bucuria alunecarii pe zapada:) Dacă le place, pot continua continua la grupele de Intermediari, Avansati, sau chiar la cele de Performanta:)
2. **Costul** taberei este de 280 Euro. Pentru plata unui avans de minim 500 lei cu 60 de zile inainte de inceperea taberei, se acorda un discount de Early Booking de 10%, respectiv 12 %, functie de perioada. Plata se poate face cash sau prin prin banca. Datele bancare sunt: **Cont Asociatia Tabere cu Suflet, Bucuresti, C.I.F.: 29929619, Banca: Libra Bank, IBAN: RO95BRELO002000869510100.**
Costul nu include închirierea echipamentului și transportul pe cablu.
3. **Cazarea** se face in Hoteluri de 3* si 4*, în camere cu 2 sau 3 paturi separate, astfel:
 - Predeal: Hotel Atelier 3* sau Hotel Cool 3* sau la un hotel echivalent,
 - Azuga: Hotel NuMaUita 3*+,
 - Sinaia: Hotel Cota 1400 3*,
 - Poiana Brasov: Hotel Royal 3*.Hotelurile sunt situate chiar pe partie sau la mica distanta de mers pe jos. Avem zilnic 3 mese calde precum și gustări pe partie. Dacă aveți anumite cerințe legate de meniu, vă rugăm să le transmiteți echipei Tabere cu Suflet.
4. **Transportul** din Bucuresti se face cu trenul (iar bagajele vin cu masina) sau cu microbuzul. Va rugam sa folositi rucsaci sau genti in locul trolerelor.



5. In unele tabere exista grupe speciale de **Snowboard**. Va rugam sa indicati la inscriere daca doriti sa participati la aceasta grupa.
6. **Transportul pe cablu** nu intra in costul taberei. Costul difera functie de statiune: La Predeal spre exemplu, platim fiecare urcare, iar costul pe 6 zile variaza intre 75 lei si 250 lei, functie de nivelul copilului si de numărul de urcari. La Sinaia este mai ieftin sa luam skipass cu pret fix, costul fiind de 290 lei pe 6 zile. Vezi [costuri Skipass](#)
7. **Echipamentul de schi** necesar este compus din schiuri, clăpări, bețe, cască și ochelari de schi. Pentru începători, bețele nu sunt obligatorii. Puteți închiria echipamentul, costul închirierii este de 20 - 35 Ron/zi, functie de loc si de perioada. Nu se închiriază ochelari. Pentru închiriere echipament, vă rugăm să ne transmiteți următoarele date ale persoanei care închiriaza: Număr la picior / Înălțime / Greutate
8. **Bagajul** trebuie să conțină:
 - geacă + pantalon de schi
 - dress sau pantalon de pus pe dedesubt
 - jersey / pullover / polar
 - Caciula / cagula si manuşi de schi (preferabil 2 perechi)
 - Încălțări: Bocanci + pantofi comozi de interior + papuci
 - Haine comode de interior
 - Pijama + obiecte toaleta personala
 - Șosete, chilot, tricou functie de numărul de zile. Pentru copiii sub 6 ani care au nevoie de ajutor la imbracat, este indicat sa puneți lucrurile pentru fiecare zi în câte o pungă.

9. Exemplu de Program la Predeal:

- | | |
|-------------|---|
| 08:00-09:30 | ne trezیم, ne spalam, iesim la inviorare, apoi mancam |
| 09:30-10:50 | ne incalzیم, apoi schiem cu domnul Profesor |
| 10:50-11:00 | luam o pauza |
| 11:00-12:00 | schiem |
| 12:00-13:30 | ne schimbam, apoi mancam |
| 13:30-15:00 | cei mici au program de odihna / cei mari se odihnesc, merg la schi mai devreme sau au alte activitati |
| 15:30-18:00 | schiem |
| 18:00-19:00 | ne intoarcem la hotel, ne schimbam si coboram la masa |
| 19:00-19:30 | mancam |
| 19:30-21:00 | invatam prin joaca, facem dus apoi ne culcam |
- Programul este flexibil (nu este batut in cuie). Personalul taberei ajută/supraveghează la toate activitățile (îmbrăcare / dezbrăcare / verificat daca au transpirat / duș / spălat etc).

10. In una dintre zile vom avea un **concurs** de Schi sau Snowboard care va conta pentru Cupa Tabere cu Suflet - o competitie multidisciplinara, cu 50 de etape la 9 discipline sportive!
11. In cazul in care copilul Dvs. suferă de vreo alergie, vreo boală sau se află sub **tratament** medicamentos, vă rugăm să menționați acest lucru echipei Tabere cu Suflet.
Tabăra de schi beneficiază de **servicii medicale**. Pentru a ști cum să reacționăm în condiții optime, vă rugăm să completați Formularul de Sanatate.



Vă așteptăm cu drag!