

OFERTY DLA SZKÓŁ

I. Zimowiska – pobyt 8-dniowy

Program zimowiska*:

Dzień 1

- przyjazd do Ośrodka „Maniówka”, zakwaterowanie, spotkanie z kierownikiem i kadrą ośrodka
- 14:00 – obiad
- 15:30-17:30 – wieczorna wyprawa z pochodniami do lasu nad J. Gałęziste, (spacer po najbliższej okolicy ośrodka, gry i zabawy na śniegu, bitwa na śnieżki, konkurs na figurę śniegową)
- 18:00 – kolacja
- 19:00-21:00 – wieczór integracyjny dla uczestników, dyskoteka, karaoke

Dzień 2

- 8:30 – śniadanie
- 9:30-13:00 – nauka i doskonalenie umiejętności z zakresu narciarstwa zjazdowego pod okiem doświadczonych instruktorów na stoku narciarskim Dąbrówka koło Suwałk (- opis na str. 19)
- 14:00 – obiad
- 15:00-17:00 – zabawy kulinarne - warsztaty połączone z nauką gotowania dla dzieci
- 18:00 – kolacja

Dzień 3

- 8:30 – śniadanie + suchy prowiant
- 10:00-18:00 – całodniowa wycieczka autokarowa do Druskiennik do Aqua Parku (- opis na str. 19)
- 12:00-15:00 – pobyt w Aqua Parku (4 godziny zabaw w wodzie)
- 18:00 – powrót do Ośrodka „Maniówka”
- 19:00 – obiadowokolacja

Dzień 4

- 8:30 – śniadanie
- 9:30-13:00 – nauka i doskonalenie umiejętności z zakresu narciarstwa zjazdowego na stoku Dąbrówka (- opis na str. 19)
- 14:00 – obiad
- 15:00-17:00 – szukanie śladów Yeti – podchody na śniegu
- 18:00 – kolacja
- 19:00-21:00 – bal przebierańców, gry i zabawy integracyjne: kalambury, „Randka w ciemno”, tenis stołowy, bilard

Dzień 5

- 8:30 – śniadanie
- 9:00-13:00 - gimnastyka korekcyjna dla dzieci i młodzieży połączona z marszobiegiem (ewentualnie Nordic Walking)
- 14:00 – obiad
- 15:00-17:00 – zabawy na lodowisku – jazda na łyżwach na sztucznym lodowisku im. św. Mikołaja w Suwałkach
- 18:00 – kolacja
- 19:00-21:00 – wieczór z gitarą, konkurs na piosenkę zimowiskową

Dzień 6

- 8:30 - śniadanie
- 9:30-13:00 – nauka i doskonalenie umiejętności z zakresu narciarstwa zjazdowego pod okiem doświadczonych instruktorów na stoku Dąbrówka koło Suwałk
- 14:00 – obiad
- 15:00-18:00 – warsztaty kulinarne – pokaz pieczenia chleba, uczestnicy biorą udział w pokazie pieczenia chleba i wsłuchują się w opowieści „Jak to dawniej chleb pieczono...”
- 19:00 - kolacja

Dzień 7

- 8:30 – śniadanie
- 9:30-16:00 – kulig, zjeżdżanie z góry na workach, na oponach, ognisko z pieczeniem kiełbasek
- 16:00 – obiad
- 17:00-19:00 – warsztaty manualno-plastyczne - własnoręczne wykonywanie pamiątek z pobytu na terenie ośrodka, przegląd zdjęć wykonanych podczas pobytu, nagrywanie pamiątkowych płyt
- 19:00 - kolacja

Dzień 8

- 8:30 – śniadanie
- pożegnanie uczestników, wyjazd z ośrodka „Maniówka”

W cenie pobytu gwarantujemy:

- 1) zakwaterowanie: 7 noclegów w pokojach 2,3,4-osobowych
- 2) wyżywienie: 3 posiłki dziennie + podwieczorek (dodatkowy posiłek), III dzień z wycieczką do Druskiennik (śniadanie, suchy prowiant na drogę – uwzględniony podwieczorek, obiadokolacja) – łącznie 7 pełnych dni żywieniowych
- 3) 3 dni jazdy na nartach z zapewnionym sprzętem, instruktorami narciarstwa na bezpiecznym stoku + ewentualne jazdy wieczorne
- 4) całodniową wycieczkę do Aqua Parku w Druskiennikach
- 5) organizację kuligu
- 6) pieszą, wieczorną wyprawę z pochodniami
- 7) pobyt na sztucznym lodowisku im. św. Mikołaja w Suwałkach
- 8) gimnastyka korekcyjna prowadzona przez fizjoterapeutów

- 9) warsztaty kulinarne, manualno-plastyczne
- 10) dyskoteki, wieczór z gitarą
- 11) opiekę animatora k-o
- 12) ubezpieczenie NNW na czas trwania obozu i ubezpieczenie SKI podczas jazdy na nartach.

Cena nie obejmuje:

- 1) kosztów transportu do Ośrodka „Maniówka”.

Cena:

- Do 10 osób: 1069 zł/os.
- Do 20 osób: 953 zł/os.
- Do 30 osób: 936 zł/os.
- Do 40 osób: 908 zł/os.

Terminy zimowisk

Data rozpoczęcia	Data zakończenia
19.01.2010r.	26.01.2010r.
27.01.2010r.	03.02.2010r.
04.02.2010r.	11.02.2010r.
16.02.2010r.	23.02.2010r.

Zimowisko rozpoczyna się od obiadu dnia pierwszego, a kończy się śniadaniem dnia ostatniego.

II. Zielone szkoły

Program Zielonej Szkoły – pobyt 4-dniowy*:

Dzień 1

- przyjazd do Ośrodka „Maniówka”, zakwaterowanie, spotkanie z pracownikami i kierownikiem ośrodka
- 14:00 – obiad
- 15:00-18:00 – wycieczka piesza do lasu nad J. Gałęziste (zajęcia edukacyjne z leśnikiem z Wigierskiego Parku Narodowego – poznanie warstwowej budowy lasu, rodzajów lasu, rozpoznawanie niektórych gatunków roślin i zwierząt oraz śladów ich bytowania, zbieranie darów lasu)
- 18:30 – kolacja
- 19:00-21:00 – warsztaty własnoręcznego wykonywania pamiątek oraz przedmiotów użytkowych ze skarbów znalezionych w lesie

Dzień 2

- 8:30 – śniadanie + suchy prowiant

- 10:00 – 16:00 – wycieczka po Suwalskim Parku Krajobrazowym: ścieżka dydaktyczna „Na Górę Zamkową” – Góra Zamkowa – wczesnośredniowieczne grodzisko jaćwieskie (zapoznanie się z walorami krajobrazowymi ścieżki, poznanie historii plemion jaćwieskich, ich zwyczajów i obrzędów)

lub

- wycieczka po Suwalskim Parku Krajobrazowym: ścieżka dydaktyczna „Doliną Czarnej Hańczy” – zapoznanie z walorami krajobrazowymi ścieżki, oglądanie i rozpoznawanie polodowcowych rzeźb terenu, obserwacja miejsc bytowania bobrów
- 18:00 – obiadokolacja
- 18:30-21:00 – warsztaty teatralne, inscenizacja legend i podań o Suwalszczyźnie, konkurs na najciekawszą interpretację

Dzień 3

- 8:30 – śniadanie + suchy prowiant
- 9:30-17:30 – wycieczka rowerowa do Wigierskiego Parku Narodowego: Nowa Wieś – Mała Huta – Krzywe – siedziba WPN (zwiedzanie wystawy przyrodniczej „Nad Wigrami”, etnograficznej „Ocalić od zapomnienia”, spacer ścieżką „Suchary”, „Las”)
- 18:00 – obiadokolacja
- 19:00-21:00 – wieczór pożegnalny, ognisko z pieczeniem kiełbasek

Dzień 4

- 8:30 – śniadanie
- wyjazd z ośrodka

W cenie pobytu gwarantujemy:

- 1) zakwaterowanie: 3 noclegi w pokojach 2,3,4-osobowych
- 2) wyżywienie: 3 posiłki dziennie, II i III dzień z wycieczką (śniadanie, suchy prowiant na drogę, obiadokolacja) – łącznie 3 pełne dni żywieniowe
- 3) zajęcia edukacyjne na terenie Suwalskiego Parku Krajobrazowego, Wigierskiego Parku Narodowego
- 4) warsztaty plastyczne, teatralne
- 5) wypożyczenie rowerów
- 6) przewodnik podczas wycieczki rowerowej
- 7) ognisko, opiekę animatora k-o
- 8) ubezpieczenie

Cena nie obejmuje:

- 1) kosztów transportu do Ośrodka „Maniówka” (grupa porusza się własnym środkiem transportu). Na życzenie grupy organizujemy transport za dodatkową opłatą na trasie: Nowa Wieś – Szurpiły – Nowa Wieś lub Nowa Wieś – Turtul – Nowa Wieś)

Cena:

Do 10 osób: 354 zł/os.
Do 20 osób: 318 zł/os.

Do 30 osób: 306 zł/os.
Do 40 osób: 300 zł/os.

Program Zielonej Szkoły – pobyt 5-dniowy*:

Dzień 1

- przyjazd do Ośrodka „Maniówka”, zakwaterowanie, spotkanie z pracownikami i kierownikiem ośrodka
- 14:00 – obiad
- 15:00-17:00 – wycieczka piesza do lasu nad J. Gałęziste, zwiedzanie najbliższej okolicy ośrodka
- 18:00 – kolacja
- 19:00-21:00 – gry i zabawy integracyjne, bilard, tenis stołowy

Dzień 2

- 8:30 – śniadanie + suchy prowiant
- 9:30 – 17:00 – wycieczka rowerowa szlakiem „Wokół Wigier im. Antoniego Patli” na trasie: Nowa Wieś – Stary Folwark (Muzeum Wigier) – Wigry (Pokamedulski Zespół Klasztorny) – Mikołajewo – Jastrzęby – Bryzgiel (wieża widokowa) – Gawrych Ruda (wieża widokowa) – Leszczewek – Stary Folwark – Nowa Wieś (ok. 60 km)
- 18:00 – obiadokolacja
- 19:00 – 21:00 – konkurs piosenki, mini lista przebojów

Dzień 3

- 8:30 – śniadanie + suchy prowiant
- 9:30 – 16:00 – spływ kajakowy jednodniowy Czarną Hańczą: Stary Folwark – Czerwony Folwark – Maćkowa Ruda – Wysoki Most (ok. 18 km.)
- 17:00 – obiadokolacja
- 19:00-21:00 – dyskoteka

Dzień 4

- 8:30 – śniadanie + suchy prowiant
- 10:00 – 17:00 – wycieczka autokarowa po Suwalszczyźnie Północnej: Nowa Wieś – Suwałki – Jeleniewo – Turtul (siedziba Suwalskiego Parku Krajobrazowego, punkt widokowy na Staw Turtulski) – Hańcza (najgłębsze jezioro w Polsce 108,5 m) – Przerośl – Stańczyki (najwyższe w Polsce słynne „Wiadukty Północy”) – Wiżajny (Góra Rowelska) – Smolniki (punkt widokowy „U Pana Tadeusza”) – Góra Cisowa (punkt widokowy) – Suwałki – Nowa Wieś
- 18:00 – obiadokolacja
- 19:00 – 21:00 – pożegnalne ognisko z pieczeniem kiełbasek

Dzień 5

- 8:30 – śniadanie
- wyjazd z ośrodka

W cenie pobytu gwarantujemy:

- 1) zakwaterowanie: 4 noclegi w pokojach 2,3,4-osobowych
- 2) wyżywienie: 3 posiłki dziennie II, III i IV dzień z wycieczką (śniadanie, suchy prowiant na drogę, obiadowokolacja) – łącznie 4 pełne dni żywieniowe
- 3) wypożyczenie rowerów
- 4) opieka przewodnika podczas wycieczki rowerowej
- 5) spływ kajakowy, opieka ratownika WOPR
- 6) wycieczka po Suwalszczyźnie Północnej
- 7) opiekę animatora k-o
- 8) wieczór z gitarą, ognisko z kiełbaskami
- 9) ubezpieczenia uczestników

Cena nie obejmuje:

- 1) kosztów transportu do Ośrodka „Maniówka” (grupa porusza się własnym środkiem transportu), organizacja transportu za dodatkową opłatą na trasie dojazdu: Nowa Wieś – Stary Folwark – Nowa Wieś

Cena:

Do 10 osób:	587 zł/os.
Do 20 osób:	543 zł/os.
Do 30 osób:	528 zł/os.
Do 40 osób:	521 zł/os.

Program Zielonej Szkoły – pobyt 7-dniowy*:

Dzień 1

- przyjazd do Ośrodka „Maniówka”, zakwaterowanie, spotkanie z kierownikiem i pracownikami ośrodka
- 14:00 – obiad
- 15:00-18:00 – wycieczka piesza do lasu nad J. Gałęziste, (zajęcia edukacyjne z leśnikiem z Wigierskiego Parku Narodowego – poznanie warstwowej budowy lasu, rodzajów lasu, rozpoznawanie niektórych gatunków roślin i zwierząt oraz śladów ich bytowania, zbieranie darów lasu)
- 18:30 – kolacja
- 19:00-21:00 – warsztaty własnoręcznego wykonywania pamiątek oraz przedmiotów użytkowych ze skarbów znalezionych w lesie

Dzień 2

- 8:30 – śniadanie + suchy prowiant
- 10:00 – 16:00 – wycieczka po Suwalskim Parku Krajobrazowym: zajęcia edukacyjne na ścieżce dydaktycznej „Doliną Czarnej Hańczy” – zapoznanie z walorami krajobrazowymi ścieżki, oglądanie i rozpoznawanie polodowcowych rzeźb terenu, obserwacja miejsc bytowania bobrów
- 17:00 – obiadowokolacja

- 18:00-21:00 – warsztaty teatralne, inscenizacja legend i podań o Suwalszczyźnie, konkurs na najciekawszą interpretację

Dzień 3

- 8:30 – śniadanie + suchy prowiant
- 9:30-17:30 – warsztaty ceramiczne „Nie świeci garnki lepia...” lub warsztaty plecionkarskie „Dawne metody tkania” (tkactwo, tradycyjne zdobnictwo papierowe) na terenie Wigierskiego Parku Narodowego
- 18:00 – obiadokolacja
- 19:00-21:00 - dyskoteka

Dzień 4

- 8:30 – śniadanie + suchy prowiant
- 9:30-13:00 – wycieczka „W jeden dzień dookoła Wigier” (- opis na str. 19)
- 14:30-16:30 – zwiedzanie Muzeum Kolejki Wąskotorowej, przejażdżki bryczką, strzelanie z łuku, jazda konna
- 17:30 – obiadokolacja
- 19:00-21:00 – konkurs piosenki – mini lista przebojów

Dzień 5

- 8:30 – śniadanie
- 9:30-13:00 – zajęcia sportowo-rekreacyjne na terenie ośrodka: gimnastyka korekcyjna, gry i zabawy ruchowe, gry i zabawy integracyjne, mini spartakiada
- 14:00 – obiad
- 16:00-20:00 – warsztaty kulinarne – pokaz pieczenia sękacza – uczestnicy biorą udział w procesie powstawania sękacza (degustacja)

Dzień 6

- 8:30 – śniadanie + suchy prowiant
- 9:30-16:00 – wycieczka rowerowa do Wigierskiego Parku Narodowego: Nowa Wieś – Mała Huta – Krzywe – siedziba WPN (zwiedzanie wystawy przyrodniczej „Nad Wigrami”, etnograficznej „Ocalić od zapomnienia”, spacer ścieżką „Suchary”, „Las”) – Nowa Wieś
- 18:00 – obiadokolacja
- 19:00-21:00 – wieczór pożegnalny, ognisko z pieczeniem kiełbasek

Dzień 7

- 8:30 – śniadanie
- wyjazd z ośrodka

W cenie pobytu gwarantujemy:

- 1) zakwaterowanie: 6 noclegów w pokojach 2,3,4-osobowych
- 2) wyżywienie: 3 posiłki dziennie, II, III, IV i VI dzień z wycieczką (śniadanie, suchy prowiant na drogę, obiadokolacja) – łącznie 6 pełnych dni żywieniowych

- 3) zajęcia edukacyjne na terenie Wigierskiego Parku Narodowego i Suwalskiego Parku Krajobrazowego
- 4) wycieczka „W jeden dzień dookoła Wigier”
- 5) warsztaty kulinarne, plastyczne, teatralne
- 6) wypożyczenie rowerów, opiekę przewodnika podczas wycieczki rowerowej
- 7) ognisko, opiekę animatora k-o

Cena nie obejmuje:

- 1) kosztów transportu do Ośrodka „Maniówka”, (grupa porusza się własnym środkiem transportu), wynajęcie autokaru za dodatkową opłatą na trasie: Nowa Wieś – Turtul – Nowa Wieś, Nowa Wieś – Krzywe – Nowa Wieś, Nowa Wieś – Wigry – Nowa Wieś
- 2) ubezpieczenia uczestników

Cena:

Do 10 osób:	710 zł/os.
Do 20 osób:	658 zł/os.
Do 30 osób:	641 zł/os.
Do 40 osób:	634 zł/os.

III. Obóz jeździecki dla dzieci i młodzieży*

W cenie 14-dniowego pobytu gwarantujemy:

- 1) noclegi w pokojach 2,3-osobowych z łazienkami, całodzienne wyżywienie (5 posiłków dziennie)
- 2) opieka pielęgniarska
- 3) gimnastyka ogólnorozwojowa, korekcyjna grupowa lub indywidualna prowadzona przez fizjoterapeutów (w sali lub na świeżym powietrzu)
- 4) **naukę jazdy konnej w pobliskiej stadninie koni** – 1 godz. zegarowa jazdy konnej dziennie na placu lub w terenie przez 9 dni
- 5) **raid konny** dla każdej grupy – ostatni 10 dzień
- 6) program rekreacyjno-kulturalny (2 ogniska, pokaz pieczenia sękacza bezcukrowego, wieczorki taneczne, wycieczki piesze i rowerowe, podchody, spartakiady sportowe)
- 7) ubezpieczenie NNW na czas trwania obozu

Cennik obozów jeździeckich dla dzieci i młodzieży

Data przyjazdu	Data odjazdu	Cena
28.06.2010r.	11.07.2010r.	1300
12.07.2010r.	25.07.2010r.	1300
26.07.2010r.	08.08.2010r.	1300
10.08.2010r.	23.08.2010r.	1300

Obóz rozpoczyna się od śniadania dnia pierwszego, a kończy się kolacją dnia ostatniego.

OFERTY DLA FIRM

I. Impreza integracyjna 5-dniowa w okresie letnim

Pogram imprezy integracyjnej

Dzień 1

- przyjazd do Ośrodka „Maniówka”, spotkanie z kierownikiem i kadrą ośrodka
- 14:00 – obiad
- 15:00-18:00 – zabiegi rehabilitacyjne: masaż, gimnastyka, ćwiczenia relaksacyjne
- 19:00 – kolacja
- 19:30 – biesiada wiejska przy akordeonie, ognisko z pieczeniem kiełbasek (swojski smalec, ogórki)

Dzień 2

- 8:30 – śniadanie
- 9:30-13:30 – gra paintball lub zabiegi rehabilitacyjne: masaż, gimnastyka, ćwiczenia relaksacyjne
- 14:00 – obiad
- 15:00-18:30 – pokaz tradycyjnego wypieku sękacza uczestnicy biorą udział w pokazie pieczenia sękacza
- 19:00 – kolacja

Dzień 3

- 8:30 – śniadanie + suchy prowiant
- 10:00-17:00 – spływ kajakowy Czarną Hańczą na odcinku Frącki – Mikaszówka (trasa spływu wynosi ok. 22 km i przebiega przez najbardziej malowniczy odcinek rzeki Czarna Hańcza. Na trasie przepływa się przez dwie śluzy Sosnówek i Mikaszówka)
- 18:00 – obiadokolacja
- 19:00-21:00 – wieczór z gitarą

Dzień 4

- 8:30 – śniadanie
- 9:30 – wyjazd na wycieczkę „W jeden dzień dookoła Wigier” (- opis na str. 19)
- 15:00 – powrót do ośrodka
- 15:30 – obiad
- 17:00-18:30 – Nordic Walking po lesie nad J. Gałęziste
- 19:00 – kolacja
- 19:30-21:00 – ognisko pożegnalne z pieczeniem kiełbasek (muzyka mechaniczna)

Dzień 5

- 8:30 – śniadanie
- pożegnanie uczestników, wyjazd z ośrodka

W cenie pobytu gwarantujemy:

- 1) zakwaterowanie: 4 noclegi w pokojach 2,3,4-osobowych
- 2) wyżywienie: 3 posiłki dziennie, III dzień ze spływem kajakowym (śniadanie, suchy prowiant na drogę, obiadokolacja) – łącznie 4 pełne dni żywieniowe
- 3) organizację gry paintball
- 4) spływ kajakowy Czarną Hańczą
- 5) opiekę ratownika WOPR
- 6) wycieczkę „W jeden dzień dookoła Wigier”
- 7) zabiegi rehabilitacyjne
- 8) pokaz tradycyjnego wypieku sękacza
- 9) biesiadę wiejską przy akordeonie, ognisko, wieczór z gitarą
- 10) opiekę animatora k-o
- 11) ubezpieczenia NNW

Cena nie obejmuje:

- 1) kosztów transportu do Ośrodka „Maniówka” (grupa porusza się własnym środkiem transportu). Na życzenie grupy organizujemy transport za dodatkową opłatą na trasie: Nowa Wieś – Piertanie – Nowa Wieś, Nowa Wieś – Frącki - Mikaszówka – Nowa Wieś, Nowa Wieś – Wigry – Nowa Wieś.

Cena:

Do 10 osób:	639 zł/os.
Do 20 osób:	588 zł/os.
Do 30 osób:	570 zł/os.
Do 40 osób:	562 zł/os

II. Impreza integracyjna 3-dniowa w okresie zimowym

Pogram imprezy integracyjnej:

Dzień 1

- przyjazd do Ośrodka „Maniówka”, zakwaterowanie, spotkanie z kierownikiem i kadrami ośrodka
- 14:00 – obiad + suchy prowiant
- 15:00-21:00 – wieczorny kulig z pochodniami połączony z biesiadą wiejską

Dzień 2

- 8:30 – śniadanie
- 9:30-13:30 – wyjazd na stok narciarski Dąbrówka k/Suwałk (- opis na str. 19), możliwość korzystania z sauny – max. 14 os. jednorazowo
- 14:00 – obiad
- 15:00-18:30 – pokaz tradycyjnego wypieku chleba – uczestnicy biorą udział w pokazie pieczenia chleba i wsłuchują się w opowieści „Jak to dawniej chleb pieczono...”
- 19:00 – kolacja
- 19:30 – 21:00 – wieczór taneczny przy akordeonie

Dzień 3

- 8:30 – śniadanie
- pożegnanie uczestników, wyjazd z ośrodka

W cenie pobytu gwarantujemy:

- 1) zakwaterowanie: 2 noclegi w pokojach 2,3,4-osobowych
- 2) wyżywienie: 3 posiłki dziennie, I dzień z kuligiem (śniadanie, obiad, suchy prowiant na drogę) – łącznie 2 pełne dni żywieniowe
- 3) organizację kuligu, organizację biesiady na terenie ośrodka
- 4) korzystanie z zabiegów rehabilitacyjnych
- 5) wyjazd na stok narciarski Dąbrówka k/Suwałk, w zależności od wielkości grupy
- 6) pokaz tradycyjnego wypieku chleba
- 7) wieczór taneczny przy akordeonie, opiekę animatora k-o
- 8) ubezpieczenie uczestników.

Cena nie obejmuje:

- 1) kosztów transportu do Ośrodka „Maniówka”
- 2) wypożyczenia nart zjazdowych oraz karnetu podczas pobytu na stoku narciarskim Dąbrówka oraz korzystania z sauny

Cena:

Do 10 osób:	314 zł/os.
Do 20 osób:	276 zł/os.
Do 30 osób:	267 zł/os.
Do 40 osób:	259 zł/os.

III. Impreza integracyjna 4-dniowa w okresie zimowym

Pogram imprezy integracyjnej:

Dzień 1

- przyjazd do Ośrodka „Maniówka”, zakwaterowanie, spotkanie z kierownikiem i kadrą ośrodka
- 14:00 – obiad

- 15:00-19:00 – wieczór na stoku narciarskim Dąbrówka (- opis na str. 19)
- 19:30 – kolacja
- 20:00 – 22:00 – powitalny wieczór z gitarą

Dzień 2

- 8:30 – śniadanie
- 9:30-13:30 – wyprawa na biegówkach (lub Nordic Walking) na trasie: Nowa Wieś - J. Gałęziste - Lipniak - Nowa Wieś lub zabiegi rehabilitacyjne: masaże, gimnastyka, ćwiczenia relaksacyjne
- 14:00 – obiad
- 15:00-18:30 – pokaz tradycyjnego wypieku chleba – uczestnicy biorą udział w pokazie pieczenia chleba i wsłuchują się w opowieści „Jak to dawniej chleb pieczono...”
- 19:00 – kolacja
- 19:30 – 21:00 – wieczór taneczny przy akordeonie

Dzień 3

- 8:30 – śniadanie
- 9:30-13:30 – zabiegi rehabilitacyjne: masaże, gimnastyka, ćwiczenia relaksacyjne, (ewentualnie spacer Nordic Walking)
- 14:00 – obiad + suchy prowiant
- 15:00-21:00 – wieczorny kulig z pochodniami połączony z biesiadą wiejską .

Dzień 4

- 8:30 – śniadanie
- pożegnanie uczestników, wyjazd z ośrodka

W cenie pobytu gwarantujemy:

- 1) zakwaterowanie: 3 noclegi w pokojach 2,3,4-osobowych
- 2) wyżywienie: 3 posiłki dziennie, III dzień z kuligiem (śniadanie, obiad, suchy prowiant na drogę) – łącznie 3 pełne dni żywieniowe
- 3) organizację kuligu
- 4) organizację biesiady wiejskiej na terenie ośrodka
- 5) wyprawę na biegówkach, (wypożyczenie nart biegowych)
- 6) zabiegi rehabilitacyjne
- 7) transport na stok narciarski Dąbrówka
- 8) pokaz tradycyjnego wypieku chleba
- 9) wieczór taneczny przy akordeonie
- 10) wieczór z gitarą
- 11) ubezpieczenie uczestników

Cena nie obejmuje:

- 1) kosztów transportu do Ośrodka „Maniówka”
- 2) wypożyczenia nart zjazdowych oraz karnetu podczas pobytu na stoku narciarskim Dąbrówka

Cena:

Do 10 osób:	446 zł/os.
Do 20 osób:	396 zł/os.
Do 30 osób:	383 zł/os.
Do 40 osób:	373 zł/os.

IV. Pobyt 3-dniowy w okresie zimowym

Program pobytu:

Dzień 1

- przyjazd do Ośrodka „Maniówka”, zakwaterowanie, spotkanie z kierownikiem i kadrą ośrodka
- 14:00 – obiad
- 15:30-19:30 – wieczorny kulig z pochodniami, ognisko z pieczeniem kiełbasek (trasa kuligu biegnie po malowniczym terenie Wigierskiego Parku Narodowego)
- 20:00 – kolacja

Dzień 2

- 8:30 – śniadanie + suchy prowiant
- 10:00-18:00 – całodniowa wycieczka autokarowa do Druskiennik do Aqua Parku (- opis na str.19)
- 12:00-15:00 – pobyt w Aqua Parku (4 godziny zabaw w wodzie)
- 18:00 – powrót do Ośrodka „Maniówka”
- 19:00 – obiadokolacja

Dzień 3

- 8:30 – śniadanie
- pożegnanie uczestników, wyjazd z ośrodka

W cenie pobytu gwarantujemy:

- 1) zakwaterowanie: 2 noclegi w pokojach 2,3,4-osobowych
- 2) wyżywienie: 3 posiłki dziennie, II dzień z wycieczką do Druskiennik (śniadanie, suchy prowiant na drogę, obiadokolacja) – łącznie 2 pełne dni żywieniowe
- 3) całodniową wycieczkę do Aqua Parku w Druskiennikach
- 4) ubezpieczenie NNW.

Cena nie obejmuje:

- 1) kosztów transportu do Ośrodka „Maniówka”.

Cena:

Do 10 osób:	313 zł/os.
Do 20 osób:	273 zł/os.
Do 30 osób:	270 zł/os.
Do 40 osób:	261 zł/os.

V. Pobyt 3-dniowy w okresie letnim

Program pobytu:

Dzień 1

- przyjazd na teren ośrodka, spotkanie z kierownikiem i kadrą ośrodka
- 14:00 – obiad
- 15:00-19:00 – wyjazd na wycieczkę „W jeden dzień dookoła Wigier” (- opis na str. 19)
- 19:30 – kolacja

Dzień 2

- 5:30 – śniadanie + suchy prowiant
- 6:00 – wyjazd do Wilna (Stare Miasto, Ostra Brama, Kościół Św. Piotra i Pawła, Cmentarz na Rossie, Kościół Św. Anny, Pomnik Adama Mickiewicza, cerkiew św. Trójcy)
- 21:00 – powrót do ośrodka
- 21:30 – obiadowokolacja

Dzień 3

- 8:30 – śniadanie
- pożegnanie uczestników, wyjazd z ośrodka

W cenie pobytu gwarantujemy:

- 1) zakwaterowanie: 2 noclegi w pokojach 2,3,4-osobowych
- 2) wyżywienie: 3 posiłki dziennie, II dzień z wycieczką do Wilna (śniadanie, suchy prowiant na drogę, obiadowokolacja) – łącznie 2 pełne dni żywieniowe
- 3) wycieczkę „W jeden dzień dookoła Wigier”
- 4) wycieczkę do Wilna
- 5) ubezpieczenie NNW

Cena nie obejmuje:

- 1) kosztów transportu do Ośrodka „Maniówka” (grupa porusza się własnym środkiem transportu), istnieje możliwość organizacji transportu za dodatkową opłatą na trasie: Nowa Wieś – Stary Folwark – Wigry - Płociczno – Nowa Wieś

Cena:

Do 10 osób:	416 zł/os.
Do 20 osób:	336 zł/os.
Do 30 osób:	322 zł/os.
Do 40 osób:	323 zł/os.

VI. Pobyt rodzinny 4-dniowy w okresie letnim

Program pobytu - wariant I:

Dzień 1

- przyjazd na teren ośrodka, spotkanie z kierownikiem i kadrą ośrodka
- 14:00 – obiad
- 15:00-19:00 – wyjazd na wycieczkę „W jeden dzień dookoła Wigier” (- opis na str. 19)
- 19:30 – kolacja

Dzień 2

- 5:30 – śniadanie + suchy prowiant
- 6:00 – wyjazd do Wilna (Stare Miasto, Ostra Brama, Kościół Św. Piotra i Pawła, Cmentarz na Rossie, Kościół Św. Anny, Pomnik Adama Mickiewicza, cerkiew św. Trójcy)
- 21:00 – powrót do ośrodka
- 21:30 - obiadokolacja

Dzień 3

- 8:30 – śniadanie + suchy prowiant
- 10:00-17:00 – spływ kajakowy Czarną Hańczą na odcinku Stary Folwark – Wysoki Most (trasa spływu wynosi ok. 18 km)
- 18:00 – obiadokolacja
- 19:00-21:00 – ognisko z biesiadą wiejską przy akordeonie

Dzień 4

- 8:30 – śniadanie
- pożegnanie uczestników, wyjazd z ośrodka

W cenie pobytu gwarantujemy:

- 1) zakwaterowanie: 3 noclegi dziennie w pokojach 2,3,4-osobowych
- 2) wyżywienie: 3 posiłki dziennie, II i III dzień z wycieczką do Wilna i spływem kajakowym (śniadanie, suchy prowiant na drogę, obiadokolacja) – łącznie 3 pełne dni żywieniowe
- 3) wycieczkę „W jeden dzień dookoła Wigier”
- 4) wycieczkę do Wilna
- 5) spływ kajakowy Czarną Hańczą
- 6) opiekę ratownika WOPR
- 7) ognisko z biesiadą wiejską przy akordeonie
- 8) opiekę animatora k-o
- 9) ubezpieczenie NNW

Cena nie obejmuje:

- 1) kosztów transportu do Ośrodka „Maniówka” (grupa porusza się własnym środkiem transportu). Na życzenie grupy organizujemy transport za dodatkową opłatą na trasie: Nowa Wieś – Stary Folwark – Nowa Wieś, Nowa Wieś – Stary Folwark - Płociczno).

Cena:

Do 10 osób:	593 zł/os.
Do 20 osób:	489 zł/os.
Do 30 osób:	464 zł/os.
Do 40 osób:	442 zł/os.

Program pobytu - wariant II:**Dzień 1**

- przyjazd na teren ośrodka, spotkanie z kierownikiem i kadrami ośrodka
- 14:00 – obiad
- 15:00-18:00 – wycieczka piesza do lasu nad J. Gałęziste (zwiedzanie najbliższej okolicy ośrodka, zapoznanie z historią Nowej Wsi, poznanie walorów Wigierskiego Parku Narodowego)
- 19:00 – kolacja
- 19:30-21:00 – biesiada wiejska z oprawą muzyczną przy akordeonie

Dzień 2

- 8:30 – śniadanie
- 9:30-13:30 – zabiegi rehabilitacyjne: masaż, gimnastyka, ćwiczenia relaksacyjne
- 14:00 – obiad
- 15:00-17:30 – pokaz tradycyjnego wypieku sękacza – uczestnicy biorą udział w pokazie pieczenia sękacza z degustacją
- 19:00 – kolacja
- 19:30-21:00 – ognisko z pieczeniem kiełbasek

Dzień 3

- 8:30 – śniadanie + suchy prowiant
- 10:00-19:00 – całonocna wycieczka autokarowa do Druskiennik do Aqua Parku (- opis na str. 19)
- 12:00-15:00 – pobyt w Aqua Parku (4 godziny zabaw w wodzie)
- 19:00 – powrót do Ośrodka „Maniówka”
- 19:30 – obiadokolacja

Dzień 4

- 8:30 – śniadanie
- pożegnanie uczestników, wyjazd z ośrodka

W cenie pobytu gwarantujemy:

- 1) zakwaterowanie: 3 noclegi w pokojach 2,3,4-osobowych
- 2) wyżywienie: 3 posiłki dziennie, III dzień z wycieczką do Druskiennik (śniadanie, suchy prowiant na drogę, obiadokolacja) – łącznie 3 pełne dni żywieniowe
- 3) całonocną wycieczkę do Aqua Parku w Druskiennikach,
- 4) pokaz pieczenia sękacza
- 5) biesiada wiejska przy akordeonie

- 6) ognisko
- 7) zabiegi rehabilitacyjne
- 8) ubezpieczenie NNW

Cena nie obejmuje:

- 1) transportu do Ośrodka „Maniówka”.

Cena:

Do 10 osób:	428 zł/os.
Do 20 osób:	371 zł/os.
Do 30 osób:	359 zł/os.
Do 40 osób:	346 zł/os.

Program pobytu - wariant III:

Dzień 1

- przyjazd na teren ośrodka, spotkanie z kierownikiem i kadrami ośrodka
- 14:00 – obiad
- 15:00-18:00 – wycieczka piesza do lasu nad J. Gałęziste (zwiedzanie najbliższej okolicy ośrodka, zapoznanie z historią Nowej Wsi, poznanie walorów Wigierskiego Parku Narodowego)
- 19:00 – kolacja
- 19:30 – biesiada wiejska z oprawą muzyczną przy akordeonie

Dzień 2

- 8:30 – śniadanie
- 9:30-13:30 – wyjazd na wycieczkę „W jeden dzień dookoła Wigier” (- opis na str.19)
- 14:00 – obiad
- 15:00-18:30 – pokaz tradycyjnego wypieku sękacza – uczestnicy biorą udział w pokazie pieczenia sękacza
- 19:00 – kolacja
- 19:30-21:00 – ognisko z pieczeniem kiełbasek

Dzień 3

- 8:30 – śniadanie + suchy prowiant
- 10:00-17:00 – spływ kajakowy Czarną Hańczą na odcinku Stary Folwark – Wysoki Most (trasa spływu wynosi ok. 18 km)
- 18:00 – obiadokolacja
- 19:00-21:00 – wieczór z gitarą

Dzień 4

- 8:30 – śniadanie
- pożegnanie uczestników, wyjazd z ośrodka

W cenie pobytu gwarantujemy:

- 1) zakwaterowanie: 3 noclegi w pokojach 2,3,4-osobowych

- 2) wyżywienie: 3 posiłki dziennie, III dzień ze spływem kajakowym (śniadanie, suchy prowiant na drogę, obiadokolacja) – łącznie 3 pełne dni żywieniowe
- 3) spływ kajakowy Czarną Hańczą, opiekę ratownika WOPR
- 4) wycieczkę „W jeden dzień dookoła Wigier”
- 5) pokaz tradycyjnego pieczenia sękacza
- 6) biesiadę wiejską przy akordeonie, ognisko, wieczór z gitarą
- 7) opiekę animatora k-o
- 8) ubezpieczenia NNW

Cena nie obejmuje:

- 1) kosztów transportu do Ośrodka „Maniówka” (grupa porusza się własnym środkiem transportu). Na życzenie grupy organizujemy transport za dodatkową opłatą na trasie: Nowa Wieś – Stary Folwark – Nowa Wieś, Nowa Wieś – Wigry – Płociczno – Nowa Wieś

Cena:

Do 10 osób:	465 zł/os.
Do 20 osób:	420 zł/os.
Do 30 osób:	404 zł/os.
Do 40 osób:	397 zł/os.

*** *Możliwość dokupienia dodatkowych usług turystycznych***

Oferujemy:

1. 1-dniową wycieczkę do Wilna dla grup: 20-osobowej 80 zł/osoba, 30-osobowej 70 zł/osoba, 40-osobowej 60 zł/osoba
2. całodzienną wycieczkę po Suwalszczyźnie z przewodnikiem z rejsem statkiem po Kanale Augustowskim na trasie: Suwałki – Augustów – Studzieniczna – Sejny – dla grup: 20-osobowej 60 zł/osoba, 30-osobowej 55 zł/osoba, 40-osobowej 50 zł/osoba, w tym koszt rejsu 20 zł/os.
3. 1-dniową wycieczkę po Suwalskim Parku Krajobrazowym i do Stańczyk (najwyższe wiadukty w Polsce) dla grup: 20-osobowej 40 zł/osoba, 30-osobowej 35 zł/osoba, 40-osobowej 30 zł/osoba
4. 1-dniową wycieczkę w Dolinę Rzeki Rospudy i do Puńska dla grup: 20 – osobowej 35 zł/osoba, 30-osobowej 30 zł/osoba, 40-osobowej 25 zł/osoba
5. spływ kajakowy Czarną Hańczą – ok. 25 zł od osoby lub Rospudą – ok. 50 zł/osoby (dodatkowo koszt ratownika 200 zł/grupa)
6. przejazd
 - kolejką wąskotorową po Wigierskim Parku Narodowym dla grup: 20-osobowej 35 zł/osoba, 30-osobowej 33 zł/osoba, 40-osobowej 30 zł/osoba
 - bryczką – ok. 100 zł za bryczkę (maks. 6 osób) - trasa po Wigierskim Parku Narodowym

7. wyjazd edukacyjny do siedziby Wigierskiego Parku Narodowego (m.in. ścieżka edukacyjna „Suchary”, Muzeum Wigier) dla grup: 20 – osobowej 25 zł/osoba, 30 - osobowej 23 zł/osoba, 40-osobowej 20 zł/osoba
8. transport z dworca PKP lub PKS – 5,00 zł – 10,00 zł od osoby (do 2 osób – 10 zł, powyżej 2 osób – 5 zł od osoby)
9. wypożyczenie roweru (indywidualnie) – 2,50 zł/godz.
10. korzystanie z kortu tenisowego – cena od osoby: 8 zł/pierwsza godzina, 6 zł/następne
11. naukę gry w tenisa
12. naukę jazdy konnej – 10,00 – 30,00 zł/godz.

Wycieczka „**W jeden dzień dookoła Wigier**” – przyjazd grupy do Starego Folwarku, zwiedzanie Muzeum Wigier, przejazd grupy do Wigier, spotkanie z przewodnikiem, zwiedzanie Pokamedulskiego Zespołu Klasztornego w Wigrach, rejs Statkiem Papieskim po J. Wigry, przesiadka i kontynuacja wycieczki wozami konnymi po Puszczy Augustowskiej, przesiadka na kolejkę wąskotorową, przejazd do Płociczna , zwiedzanie Muzeum Kolejki Wąskotorowej

AQUA PARK w Druskiennikach na Litwie to nowoczesnie wyposażony kompleks rekreacyjny. W skład obiektu wchodzi baseny (wewnątrz i na zewnątrz), rzeka z silnymi prądami wodnymi, morskie fale, kaskady, dwie sauny w części ogólnodostępnej, zjeżdżalnie, część wydzielona dla małych dzieci, mini przedszkole z opieką, restauracja, jakuzzi, wieczorami pokazy laserów. W kompleksie Aqua Parku są kawiarnie, restauracje, kręgle, sale konferencji.

Stok narciarski Dąbrówka - długość zjazdu ponad 300 m, stok sztucznie dośnieżany, ratrakowany, oświetlony, wyciąg talerzykowy o przepustowości ok. 900 osób/godz.

Zapraszamy

Spis ofert:

1. Zimowiska – pobyt 8-dniowy	1
2. Zielone szkoły	3
2.1. Zielone Szkoły – pobyt 4-dniowy	3
2.2. Zielone Szkoły – pobyt 5-dniowy	5
2.3. Zielone Szkoły – pobyt 7-dniowy	6
3. Obóz jeździecki dla dzieci i młodzieży	8
4. Imprezy integracyjne firmowe	
4.1. Impreza 5-dniowa w okresie letnim	9
4.2. Impreza 3-dniowa w okresie zimowym	10
4.3. Impreza 4-dniowa w okresie zimowym	11
5. Pobyt 3-dniowy w okresie zimowym	13
6. Pobyt 3-dniowy w okresie letnim	14
7. Pobyt rodzinny 4-dniowy w okresie letnim	15
7.1. Wariant I	15
7.2. Wariant II	16
7.3. Wariant III	17

Ośrodek "Maniówka"

Nowa Wieś 9, 16-402 Suwałki

tel.: (+87) 565 63 55, fax: (+87) 566 54 94

<http://www.suwalki-turystyka.info.pl/maniowka>

Osoba do kontaktu:

Hanna Borys-Maluchnik, tel. kom. 0 608 481 905

Organizator

Suwska Izba Rolniczo-Turystyczna,

ul. Kościuszki 82 lok. 7, 16-400 Suwałki

tel./fax: (+87) 566 58 72, 566 54 94

<http://www.suwalki-turystyka.info.pl>

e-mail: maniowka@suwalki-turystyka.info.pl
