

mobilne
wakacyjne
warsztaty
rowerowe

2022



PROJEKT

WARSZTATY

W ramach zajęć dzieci przejdą kurs przypominający podstawowe zasady w ruchu drogowym, kurs pierwszej pomocy, kurs serwisowania roweru, kurs tor przeszkód, zasady przewożenia pociągami rowerów.

WYCIEZKI





















Trasy wytyczone śladem szlaków rowerowych PTTK. Niewielkie przewyższenia, zróżnicowana nawierzchnia mają zachęcić do wzięcia udziału w projekcie. Dystans będzie stopniowany. Ma to na celu poznanie własnej wytrzymałości, wzmocnienie poczucia własnej wartości. Każda wycieczka będzie związana ze zwiedzaniem jakiegoś obiektu. Dzieci nauczą się odpowiedzialnego korzystania z telefonu komórkowego – czytanie mapy, odnajdywanie wiadomości ukrytych w kodzie QR.

Wiek dzieci: 10 - 14 lat. **Dziecko musi posiadać kartę rowerową.**

Przewidzieliśmy 4 turnusy:

- 🚲 04-08.VII.2022
- 🚲 11-15.VII.2022
- 🚲 18-22.VII.2022
- 🚲 25-29.VII.2022



DATA	GODZ.	ZBIÓRKA	GŁÓWNY KIERUNEK	TEMAT DNIA	CZYM	KM
04.07	08.00 – 17.30	PZKOL, ANDRZEJA 1	WARSZAWA	MIASTECZKO RUCHU DROGOWEGO		10
05.07	08.00 – 17.30	PKP PRUSZKÓW	SULEJÓWEK	ŚLADEM BITWY WARSZAWSKIEJ		30
06.07	08.00 – 17.30	PZKOL, ANDRZEJA 1	BRWINÓW - PODKOWA	DOKOŁA PRUSZKOWA		30
07.07	09.00 – 19.30	PKP PRUSZKÓW	OTWOCK	EDUKACJA PRZYRODNICZA NAD ŚWIDREM		35
08.07	08.00 – 17.30	PZKOL, ANDRZEJA 1	SOCHACZEW	POCIĄG RETRO, ŚLADAMI FRYDERYKA CHOPINA		25+25
11.07	08.00 – 17.30	PZKOL, ANDRZEJA 1	WARSZAWA	MIASTECZKO RUCHU DROGOWEGO		10
12.07	08.00 – 17.30	PKP PRUSZKÓW	SULEJÓWEK	ŚLADEM BITWY WARSZAWSKIEJ		30
13.07	08.00 – 17.30	PZKOL, ANDRZEJA 1	BRWINÓW - PODKOWA	DOKOŁA PRUSZKOWA		30
14.07	09.00 – 19.30	PKP PRUSZKÓW	OTWOCK	EDUKACJA PRZYRODNICZA NAD ŚWIDREM		35
15.07	08.00 – 17.30	PZKOL, ANDRZEJA 1	SOCHACZEW	POCIĄG RETRO, ŚLADAMI FRYDERYKA CHOPINA		25+25
18.07	08.00 – 17.30	PZKOL, ANDRZEJA 1	WARSZAWA	MIASTECZKO RUCHU DROGOWEGO		10
19.07	08.00 – 17.30	PKP PRUSZKÓW	SULEJÓWEK	ŚLADEM BITWY WARSZAWSKIEJ		30
20.07	08.00 – 17.30	PZKOL, ANDRZEJA 1	BRWINÓW - PODKOWA	DOKOŁA PRUSZKOWA		30
21.07	09.00 – 19.30	PKP PRUSZKÓW	OTWOCK	EDUKACJA PRZYRODNICZA NAD ŚWIDREM		35
22.07	08.00 – 17.30	PZKOL, ANDRZEJA 1	SOCHACZEW	POCIĄG RETRO, ŚLADAMI FRYDERYKA CHOPINA		25+25
25.07	08.00 – 17.30	PZKOL, ANDRZEJA 1	WARSZAWA	MIASTECZKO RUCHU DROGOWEGO		10
26.07	08.00 – 17.30	PKP PRUSZKÓW	SULEJÓWEK	ŚLADEM BITWY WARSZAWSKIEJ		30
27.07	08.00 – 17.30	PZKOL, ANDRZEJA 1	BRWINÓW - PODKOWA	DOKOŁA PRUSZKOWA		30
28.07	09.00 – 19.30	PKP PRUSZKÓW	OTWOCK	EDUKACJA PRZYRODNICZA NAD ŚWIDREM		35
29.07	08.00 – 17.30	PZKOL, ANDRZEJA 1	SOCHACZEW	POCIĄG RETRO, ŚLADAMI FRYDERYKA CHOPINA		25+25





dzień 1 | poniedziałek

Miasteczko Ruchu Drogowego Straży Miejskiej m.st. Warszawy



08.00



zbiórka: PZKoI, Pruszków, ul. Andrzeja 1

08.30



wjazd do MRD,

09.00



Zasady ruchu drogowego

11.00



2 śniadanie,

11.30



pierwsza pomoc

13.00



obiad

13.30



zajęcia praktyczne

15.00



koniec zajęć w MRD, powrót do Pruszkowa,

16.00



podwieczorek

17.00



koniec: PZKoI, Pruszków ul. Andrzeja 1



dzień 2 | wtorek

Zwiedzanie Muzeum Marszałka Józefa Piłsudskiego
Trasa rowerowa Sulejówek - Ossów – Kobyłka – Ossów - Sulejówek



08.30



PKP PRUSZKÓW

08.45



Pociąg Pruszków – Sulejówek

09.00



2 śniadanie

10.00



Lekcja muzealna Muzeum Marszałka J. Piłsudskiego

12.00



Obiad

12.30



rajd Sulejówek - Ossów - Kobyłka

14.30



Regeneracja

15.00



Powrót Kobyłka – Ossów – Sulejówek

17.12



Pociąg Sulejówek Miłosna - Pruszków

18.02




Koniec dnia PKP Pruszków



fot:doris jargilo

dzień 3 | środa












Atrakcje Wake Family Brwinów / baseny Strzeniówka
Trasa rowerowa Pruszków – Parzniew – Brwinów – Podkowa Leśna –
Żółwin – Nadarzyn – Strzeniówka – Komorów - Pruszków

		
08.00		zbiórka: parking PZKOI, Pruszków ul. Andrzeja 1
08.30		rajd rowerowy Pruszków – Brwinów
09.30		2 śniadanie
10.00		zajęcia Wake Family Brwinów
12.00		Obiad
12.30		Rajd rowerowy Brwinów – Podkowa Leśna – Żółwin - Strzeniówka
15.00		Basen na Strzeniówce
16.00		Strzeniówka – Komorów - Pruszków
16.45		Podwieczorek
17.00		Powrót do Bazy
17.30		Koniec dnia



dzień 4 | czwartek

Atrakcje Centrum Edukacji Leśnej / Bagno „Całowanie” / Baza Edukacyjna „Na Torfach”
Trasa rowerowa Celestynów PKP – Regut – Całowanie – Mazowiecki Park Krajobrazowy – Otwock PKP

		
09.00	 PKP Pruszków	
09.23	 Pociąg Pruszków - Celestynów	
11.00	 Celestynów, Centrum Edukacji Leśnej	
12.00	 Celestynów – Bagno „Całowanie”	
14.00	 Bagno „Całowanie”	
14.30	 obiad	
15.00	 Bagno „Całowanie” » Baza Edukacyjna „Na Torfach”	
16.00	 Baza Edukacyjna "Na Torfach"	
17.30	 Podwieczorek	
18.03	 Pociąg Otwock – Pruszków	
19.30	 Koniec dnia	



dzień 5 | piątek

Atrakcje Muzeum Kolei Wąskotorowej / Pociąg „Retro” / Muzeum Fryderyka Chopina w Żelazowej Woli
 Trasa rowerowa Sochaczew – Tułowice (pociąg) – Broków – Żelazowa Wola – Sochaczew

			
08.00		Zbiórka w Bazie	
08.30		Wyjazd do Sochaczewa	
09.30		Muzeum Kolei Wąskotorowej Sochaczew	
10.30		Odjazd pociągu do Tułowic / 2 śniadanie w pociągu	
12.30		Spacer po Puszczy Kampinoskiej	
13.30		Obiad Tułowice	
14.00		Kierunek Żelazowa Wola	
16.00		Podwieczorek Żelazowa Wola	
16.30		Powrót do Bazy	
17.30		Koniec dnia	

PAKIET

Cena: **900*** zł / osobę, a w niej:

- 🚲 50 godzin zajęć
- 🚲 5 wycieczek
- 🚲 bilety na atrakcje dnia, w tym pociąg retro
- 🚲 3 posiłki śniadanie, obiad, podwieczorek
- 🚲 3 instruktorów
- 🚲 pakiet regeneracyjny
- 🚲 transport
- 🚲 ubezpieczenie

* rodzeństwo 850 zł / osoba / turnus

* wykupienie dwóch turnusów 850 zł / osoba / turnus

WYPOSAŻENIE

Rower

Dziecko musi posiadać własny, sprawny rower, wyposażony w światła przód - tył, dzwonek

Stój

Kask, koszulka, plecak, **KRYTE** buty, skarpety, okulary przeciwsłoneczne

Ekwipunek

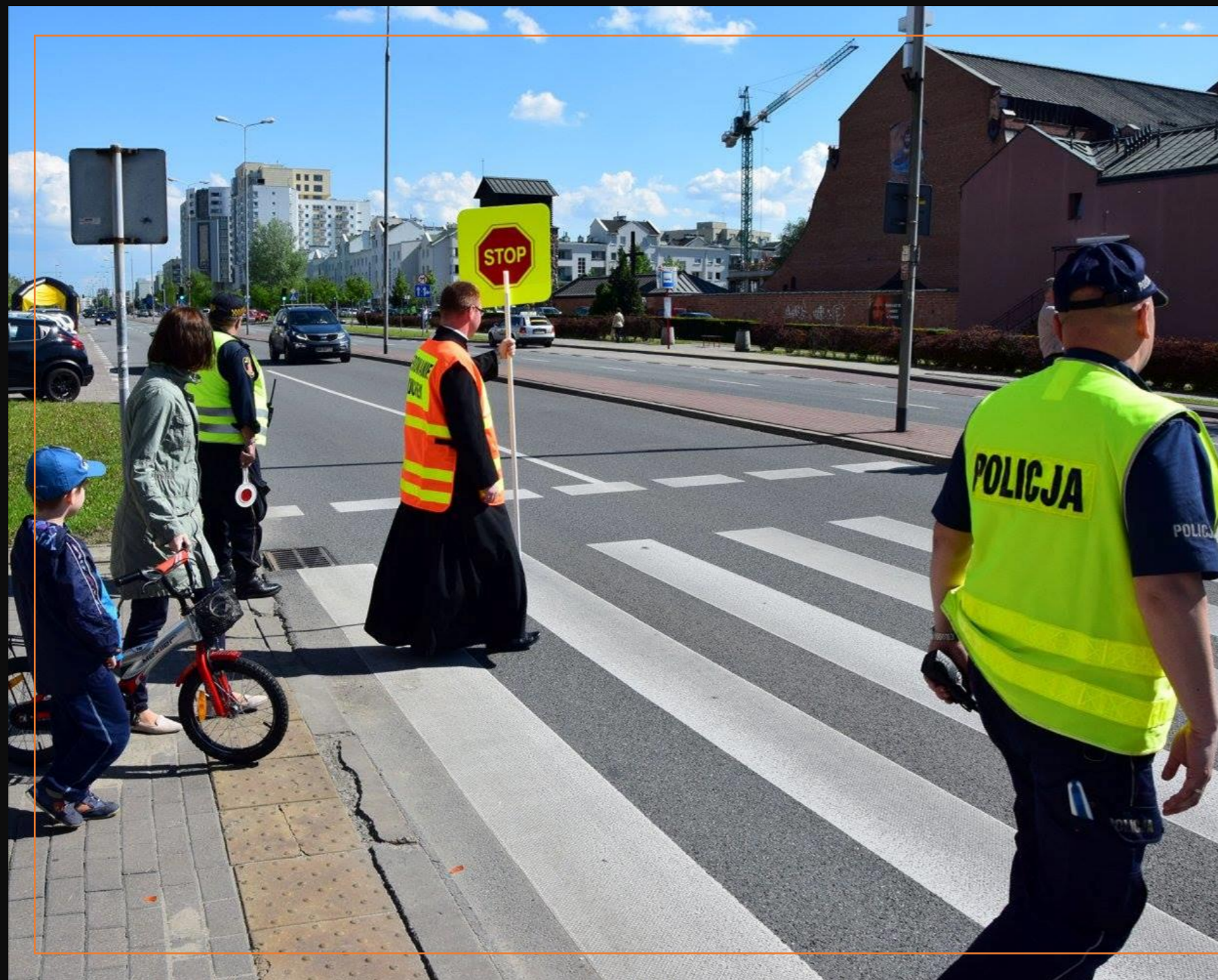
Zapasowa dętka, kurtka przeciwdeszczowa (bez względu na pogodę), zapasowe majtki, zapasowe skarpetki, zapasową koszulkę, leki

AUTOR

Adam Sobieraj

Licencjonowany przewodnik turystyki rowerowej. Autor kampanii społecznych z zakresu promocji zasad ruchu drogowego, wykładowca w szkole jazdy, koordynator projektów zasad ruchu drogowego w Polskim Związku Motorowym. Wykładowca w szkole jazdy.





FUNDACJA DROGI MAZOWSZA

Mamy już 10 lat → [zobacz film](#)

Powered by



- » Akademia Biznesu ADN
- » Ośrodek Szkolenia Rowerzystów Fundacji Drogi Mazowsza
- » Polski Związek Motorowy





KONTAKT

Fundacja „Drogi Mazowsza”

Ośrodek Szkolenia Rowerzystów

ul. Żółkiewskiego 19, 05-800 Pruszków

☎ 608.460.555 ✉ osk@drogimazowsza.org