



Harmonogram Kąpiei Postomińskiego Klubu Morsów „Wiking” w sezonie 2013/2014



Sezon kąpielowy 2013/2014 rozpoczynamy 20.10.2013r.
Nieoficjalnie zaczynamy schładzanie swych ciał od początku października
w tzw. przed sezonie Morsów.

Nr. kąpiei	Data	Godz.	Miejsce kąpiei	Morsowe uwagi
229	20.10.2013	12.00	Jezioro Byszyno	Kąpiel rozpoczęcia sezonu Klubu „Sopel” Białogard
230	27.10.2013	13.00	Jarosławiec	Kąpiel nie zobowiązująca
231	03.11.2013	12.00	Mielno	Rozpoczęcie sezonu kąpielowego Klubu Morsów „Posejdon” Koszalin
232	10.11.2013	12.00	Jarosławiec	Kąpiel rozpoczęcie sezonu 2013/2014 Postomińskiego Klubu Morsów „Wiking”
233	17.11.2013	13.00	Jarosławiec	Po prostu kąpiel
234	24.11.2013	13.00	Jarosławiec	
235	01.12.2013	13.00	Wicie	Kąpiel na geograficznym środku, Polskiego wybrzeża-262 kilometr
236	08.12.2013	13.00	Jarosławiec	Integracyjna kąpiel dla Igora, pierwszego sponsora
237	15.12.2013	12.00	Darlówko Hotel Apollo	Wigilijna integracyjna kąpiel morsów zaprzyjaźnionych klubów
238	22.12.2013	13.00	Jarosławiec	Kąpiel świąteczna z życzeniami
239	26.12.2013	13.00	Jarosławiec	Grzegorza i Grażyny –kolejna rocznica sakramentalnego „tak”
240	29.12.2013	13.00	Jarosławiec	Już tylko 55 godz starego roku
241	01.01.2014	13.00	Jarosławiwc	Noworoczny toast w zimnej wodzie
242	4-6.01.2014	12.00	Kołobrzeg	II Światowy karnawał morsów „Co powie ryba, że mors w Bałtyku pływa „
243	12.01.2014	13.00	Marszewo (jezioro)	W ramach finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy: kąpiel, biegi, spacer z kijkami „Policz się z Cukrzycą”
244	19.01.2014	13.00	Korzybie (jezioro)	Kąpiel integracyjna morsowych klubów u Zenka
245	26.01.2014	12.00	Malechowo	Złotowa kąpiel stawowa

246	02.02.2014	12.00	Drawsko Pomorskie	IV Drawskie spotkanie Morsowe (jezioro Orka)
247	09.02.2014	13.00	Jarosławiec	
248	14-16.02.2014	12.00	Mielno	XI Międzynarodowy Złot Morsów – Mielno 2014
249	23.02.2014	13.00	Jarosławiec	
250	01.03.2014 02.03.2014	12.00	Jarosławiec	Bał Morsa z myciem karku i pośladków. 8 – roczek morsów „Wikinga”
251	09.03.2014	12.00	Szczecinek	Integracyjna jeziorna kąpiel na Trzecieku
252	16.03.2014	13.00	Jarosławiec	„Jackowo” – herbatka z rumem
253	23.03.2014	13.00	Marszewo	Kąpiel z poszumem wiatraków
254	30.03.2014	12.00	Porost (Rajska Plaża)	„Rajska Plaża”, integracyjne Powitanie wiosny
255	06.04.2014	13.00	Jarosławiec	
256	13.04.2014	13.00	Jarosławiec	Zakończenie morsowych kąpieli "Wikinga "
257	21.04.2014	13.00	Jarosławiec	Wielkanocne jajko w wodzie

Uwagi do morsowego serca !!! przyjąć i zapamiętać

- robimy okolicznościowe badania lekarskie – dla własnego zdrowia i bezpieczeństwa.
- uaktualniamy dane osobowe.
- * aktualne e-meile
- * aktualne telefony
- * adresy zamieszkania do celów organizacyjnych.
- bazą wypadową spotkań Postomińskich Morsów – Ośrodek Przywodny, Jarosławiec, ul. Spacerowa.
- wprowadza się składkę członkowską 50.00 zł, płatną u Ewy i Krzysztofa Ciróg.
- na okoliczność zaplanowanych spotkań miejscowych, wprowadza się opłatę 5.00 zł osoba / nie wchodząca w skład budżetu klubu na rozpoczęcie i zakończenie sezonu /, opłata dotyczy również osób towarzyszących.
- do spotkań zaproszeniowych i wyjazdowych dostosowujemy się do ustalonych godzin.
- na kąpiele przyjeżdżamy z małym wyprzedzeniem czasowym, celem integracji.
- miejscowe spotkania kąpielowe o godzinie 13.00, a wyjazdowe według zaproszeń organizatora.
- podporządkowujemy się Neptunowi i Prozerpinie z całą stanowczością.
- mile widziane przebrania podczas kąpieli.
- obowiązkowy szampan na Nowy Rok.
- zapisy na II Światowy karnawał morsowy w Kołobrzegu w dniach 4-6. stycznia 2014r

do 5 grudnia 2013r.

- zapisy na XI Międzynarodowy Zlot Morsów w Mielnie do 10 stycznia 2014r / z noclegiem /.
- zapisy i wpłaty u „Morświnki” Danuty Myziak.
- wskazane, udziały w morsowych imprezach integracyjnych:
- * 30 listopada - marsz Nordic Walking w ramach biegu Mikołajkowego „Powitanie Zimy” na dystansie 2-ch mil Morskich, lub Biegu Mikołajkowego na dystansie 10km.
- 12 stycznia 2014r. – Marsz Nordic Walking i biegu „Policz się z Cukrzycą” na dystansie 3000m, w ramach Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy.
- za udział w kąpieli „Hotel Apollo”, w Darłównie, wpisowe wynosi 10,00 zł, /do puszki /
- mile widziane / zgłaszanie /, kąpieli imieninowych, urodzinowych, okolicznościowych, rocznicowych, innych.
- nie które zaplanowane terminy kąpieli mogą być przesunięte z ważnych przyczyn.
- uczestnictwo w ósmej rocznicy klubu morsów i balu koszykowym 1-2 marca 2014r.- obowiązkowe.
- na spotkania przyjeżdżamy w strojach morsowych / kurtki, polary /.
- rozważa się w miarę potrzeb, zakup poprzez uszycie nowej partii, ubiorów (zapisy podczas kąpieli).
- dla morsów nie biorących udziału w integracyjnych kąpielach wyjazdowych, miejscowe kąpiele w Jarosławcu.
- obowiązkowa rozgrzewka przed każdą kąpielą.

Wszelkie uwagi do harmonogramu przyjmują;

Zdzisław Ludwikowski tel. 601-626-330

Krzysztof Cirog tel. 886-219-210

Danuta Myziak tel. 604-464-290