

## **Что брать с собой в ОК «Университетский»**

### **Медицинские и пр. документы иметь на выезд (с собой 30 мая):**

1. медицинская карта (форма О79 У) из школы для загородного лагеря с сведениями о группе здоровья, физкультурной группе, прививках (АКДС, корь, паротит, краснуха, Манту) и о наличии/отсутствии карантина в классе (школе);
2. анализы кала на я/глист и цисты лямблий (действительны в теч.года);
3. соскоб на энтеробиоз (действителен 3 месяца);
4. справка об эпидблагополучии по месту жительства (получить в районной поликлинике за сутки до отъезда);
5. копия медицинского полиса ( две стороны);
6. копия свидетельства о рождении или паспорта.

### **Взять с собой на сбор в ОК «Университетский»:**

- Тёплую верхнюю одежду и обувь для улицы.
- Одежду и обувь для нахождения в помещении.

#### **• Одежду, обувь и инвентарь для тренировок на местности в ориентировании:**

Костюм для ориентирования (ветровка, брюки спортивные, спорт. лосины).

Обувь для ориентирования и зала (кроссовки, кеды или шиповки).

Бадлон или терморубашку, футболки - 2-3 шт., носки – 2-3 пары, плавки (трусы) – 2-3 шт.

#### **• Гигиенические принадлежности:**

Зубная щётка, паста, мыло, полотенце

#### **• Вещи для ориентирования:**

Компас, шнурок для карточки, скотч, булавки, ручка, блокнот или тетрадь для записей , цветные ручки или карандаши, текстовыделитель (розовый, красный) для теоретических занятий.