

2024 LATO: Obóz odchudzająco-kondycyjny w Jastrzębiej Górze

Już czternasty rok z rzędu będziemy walczyć z niepotrzebnymi kilogramami w Ośrodku „Zew Morza”, który jest obiektem o bardzo dobrym standardzie, wyposażonym w SPA z basenem i jacuzzi oraz w studio fitness z salą do ćwiczeń i siłownią. Pokoje typu studio (2+3)os. z łazienkami i TV. Na obozach w Jastrzębiej Górze nikt się nie nudzi! Zapewnia to masa zajęć kondycyjnych: fitness, taniec, gimnastyka, pływanie w basenie i w morzu, gry i zabawy na boiskach i na plaży, wycieczki, zajęcia z dietetykiem i wiele, wiele innych... **Dwa turnusy dla młodzieży 11-16 lat: 22.06-02.07.2024 (11 dni) i 03.07-13.07.2024 (11 dni) w cenie 3260 zł**

Jastrzębia Góra usytuowana jest na wysokim, klifowym brzegu Bałtyku i otoczona Nadmorskim Parkiem Krajobrazowym. Oferuje czystą morską wodę, piękne piaszczyste plaże, lasy sosnowe i orzeźwiające powietrze nasycone jodem. Stanowi dobrą bazę dla wycieczek pieszych do Rozewia, Lisiego Jaru, Władysławowa i Karwi. Walory przyrodnicze, mnóstwo sezonowych atrakcji na miejscu, bliskość Mierzei Helskiej, Trójmiasta oraz Łeby pozwalają na realizację bardzo atrakcyjnego wypoczynku.



ZAKWATEROWANIE:

Dom Wczasowy „ZEW MORZA” położony jest 200 m od plaży, w centrum Jastrzębiej Góry. Pokoje typu studio (2+3)os. i (3+3) os. Każdy pokój wyposażony jest w łazienkę i TV SAT.



Na terenie ośrodka znajduje się Centrum SPA & WELLNESS, a w nim:

- **Basen kryty**
- Jacuzzi
- Sauna sucha i sauna parowa
- Studio Fitness z salą ćwiczeń (z lustrami) i siłownią



Oprócz tego Ośrodek jest wyposażony w:

- Boiska do piłki nożnej, koszykowej i plażowej
- Plac zabaw
- Wypożyczalnię rowerów
- Bilard, dart
- Wiatę na ognisko i grilla



KADRA

młodzi ale sprawdzeni wychowawcy, z doświadczeniem w pracy na obozach odchudzających (większość po AWF z uprawnieniami do prowadzenia zajęć fitness), opieka medyczna, ratownik podczas kąpeli w morzu i na basenie, dietetyk przez min. 3 dni w turnusie.

WYŻYWIENIE

5 posiłków dziennie o obniżonej kaloryczności. Zbilansowana dieta, dostosowana do zapotrzebowania rosnącego organizmu dziecka, ułożona została przez dietetyka z Instytutu Żywności i Żywienia w Warszawie. Dieta ta nie jest trudna do zniesienia dla dzieci – pomimo iż porcje są niewielkie to podawanie posiłków co 2,5 – 3 godz. nie dopuszcza do wystąpienia uczucia głodu.

Dla dzieci nie wymagających odchudzania - dieta o normalnej kaloryczności (proszę wybrać podczas rezerwacji).

Za dopłatą istnieje możliwość wyboru **diety wegetariańskiej** (150 zł) lub **eliminacyjnej (bez glutenu lub bez laktozy)** - dopłata 200 zł.

PROGRAM:

Przed południem

- zajęcia na świeżym powietrzu: spacery plażą i pieszymi ścieżkami spacerowymi do Karwi, Rozewia, Chłapowa i Władysławowa. Lisiego Jaru i wąwozów w Chłapowie, Centralnego Ośrodka Sportu w Cetniewie, Alei Gwiazd Sportu we Władysławowie.
- zwiedzanie latarni morskiej w Rozewiu,
- plażowanie i kąpiele w morzu pod okiem ratownika
- **wycieczka autokarowa do Aquaparku w Redzie. Trzygodzinny pobyt w Aquaparku, w którym, oprócz kilku basenów znajdują się inne atrakcje, m.in:**
 - **Shark Slide** - 60-metrowa zjeżdżalnia, jakiej nie ma gdzie indziej na świecie. Wskakuje się w otwartą paszczę rekina i podświetlonym tunelem jedzie przez akwarium, w którym, przezroczystą ścianą, pływają prawdziwe rekiny.
 - **Family Slide** - szeroka na 3 m i długa na 48m zjeżdżalnia pontonowa z pofalowaną strukturą, która sprawia, że każdy zjazd jest inny. Ze szczytu tej zjeżdżalni będziesz mieć widok na cały Aquapark
 - **Multi Adventure** - szeroka zjeżdżalnia, doskonała na podwójne pontony i wspólne zjazdy w wielobarwnym tunelu z różnymi dekoracjami świetlnymi
 - **Ultra Speed** - pionowa zjeżdżalnia dla amatorów ekstremalnych wrażeń o mocnych nerwach
 - **rzeka** o długości 315 m, z delikatnym nurtem, która wije się przez cały Aquapark i jest najlepszą



drogą do odkrywania kolejnych atrakcji Aquaparku

- **Volcano** niezwykle jacuzzi dla 24 osób, położone na samym szczycie kompleksu basenowego. Z dyszy na środku wulkanu cyklicznie tryska gejzer wody. Specjalne efekty świetlne tworzą złudzenie erupcji wulkanu – woda ma kolor wrzącej lawy. Wulkan można również zobaczyć „od środka”, udając się w wodną podróż do jego mrocznego wnętrza.
- **Vave Pool** - basen ze wzburzoną wodą i falami o wysokości do 1,5m
- **basen Deep Blue**, o głębokości 2,2 metra, w którym jedna ze ścian jest przezroczysta, a tuż za nią pływają prawdziwe rekiny. Nie musisz umieć nurkować - rekiny można również podziwiać, stając na stopniu tuż obok szyby.

Po obiedzie:

- zajęcia odchudzająco-kondycyjne - minimum 3 godziny dziennie
 - na sali gimnastycznej (zajęcia fitness, elementy tańca i sztuk walki),
 - gry zespołowe i zabawy na boiskach,
 - codzienna gimnastyka w wodzie na basenie,
 - intensywne spacer, marsze i marszobiegi



Po kolacji:

- dyskoteki,
- trening psychologicznych mechanizmów ułatwiających zmianę złych nawyków żywieniowych, psychozabawy,
- „Mam talent”, wieczór kabaretowy,
- ognisko,
- zawody sportowe, turnieje, quizy i zabawy integracyjne, konkurs rzeźby w piasku
- zajęcia z dietetykiem:
 - zasady zdrowego odżywiania i przebieg prawidłowego procesu odchudzania
 - jak radzić sobie z nałogiem kompulsywnego jedzenia
 - zdrowe przekąski na co dzień
 - jak za pomocą diety poprawić wygląd skóry, włosów i paznokci



UWAGA:

Zastrzegamy sobie możliwość odwołania niektórych zajęć w przypadku niesprzyjających warunków atmosferycznych, uniemożliwiających ich odbycie. W takim przypadku w zamian będą prowadzone dodatkowe zajęcia kondycyjne oraz gry i zabawy w ośrodku.

Program fakultatywny, realizowany podczas wycieczki do Aquaparku:

AquaSpinner - zjeżdżalnia obrotowa zapewni uczucie braku grawitacji! Wynika to z wahadłowego pokonywania krętej konstrukcji i zmiennego tempa zjazdu. Adrenalina na obrotowej zjeżdżalni rośnie w ekspresowym tempie. W ciągu zaledwie kilku sekund przyśpieszamy do 40 km/h. Zjazd trwa aż 90 sekund, ale ma się wrażenie, że trwa to dwa

razy dłużej. Rura AquaSpinnera liczy 160 metrów długości, a jej średnica wynosi aż 2,7 m. Zjazd odbywa się na czteroosobowych pontonach, które do rury wprowadzane są za pomocą automatycznego pasa transmisyjnego. Licząca 29 metrów wysokości zjeżdżalnia przewyższa budynek o kilka metrów. **Cena jednego zjazdu - 5 zł**

ATRAKCJE Jastrzębiej Góry i okolic:

Jastrzębia Góra ma najdalej wysunięty na północ punkt linii brzegowej Polski. Jest on oznaczony Gwiazdą Północy, obeliskiem z pamiątkową płytą, na której widnieje znak orła a także parametry długości i szerokości geograficznej. W okolicach Jastrzębiej Góry występują wszystkie możliwe rodzaje brzegów morskich, od piaszczystego poprzez kamieniste, aż po strome klify.

Latarnia morska w Rozewiu

Około 3 km od Jastrzębiej Góry w kierunku Władysławowa, znajduje się przepiękna, czerwona latarnia morska. Ponoć już od XVII wieku palono tu światła. Obecnie światło latarni widać prawie z 25 mil morskich a rozpoznać je można po błyskach. W 1963 roku założono w latarni filię Centralnego Muzeum Morskiego w Gdańsku: „Muzeum Latarnictwa”. Gdy stare lampy zastąpiono nowoczesnymi, oddano je właśnie tu, aby każdy mógł zobaczyć na własne oczy jak potężne i ciężkie soczewki oraz osprzęt był zamontowany i używany przez latarników. Latarnia Morska w Rozewiu nosi imię słynnego polskiego pisarza Stefana Żeromskiego. Pisarz kilkakrotnie odwiedzał Rozewie w latach 1920-1924.



Aleja Gwiazd Sportu we Władysławowie (Promenada) Corocznie w miesiącu sierpniu odbywa się tu Festiwal Sportu i odsłaniane są kolejne gwiazdy, upamiętniające znanych polskich sportowców. Obecnie promenada mieści 48 mosiężnych gwiazd umieszczonych w granitowych płytach. Można tu zobaczyć gwiazdy takich sportowców jak: Feliks „PAPA” Stamm, Irena Szewińska, Jerzy Kulej, Andrzej Supron, Kazimierz Deyna, Robert Korzeniowski, Sobiesław Zasada, Janusz Sidło, Andrzej Grubba, Jerzy Makula, Grzegorz Lato, Zbigniew Boniek, Tomasz Gollob, Sylwia Gruchała, Dariusz Michalczewski i wielu innych.



„Lisi Jar”

to wąwóz, który niegdyś liczył około 10 km długości. Niszczycielskie działanie Bałtyku co rok pochłania pewną część tego przepięknego zakątka. Znajduje się pomiędzy Rozewiem a Jastrzębią Górą. Powstał na skutek erozji a w najgłębszym miejscu ma prawie 50 metrów! Porośnięty jest pięknym bukowym lasem w którym nierzadko można spotkać okazy liczące grubo ponad 150 lat. Znajdziemy tu również piękne okazy brzozy, świerku, jarzębiny oraz dzikiej gruszy.

TERMIN TURNUSU:	Wiek uczestników	Cena turnusu (bez dojazdu)	Dojazd z miejscowości
22.06-02.07.2024 (11 dni, sobota-wtorek)	11-16 lat	3260 zł	Warszawa, Płock, Włocławek, Grudziądz, Gdańsk, Kraków, Katowice, Opole, Wrocław, Leszno, Poznań, Bydgoszcz, Tczew
03.07-13.07.2024 (11 dni, środa-sobota)	11-16 lat	3260 zł	Warszawa, Płock, Włocławek, Grudziądz, Gdańsk, Kraków, Katowice, Opole, Wrocław, Leszno, Poznań, Bydgoszcz, Tczew

CENA ZAWIERA:

noclegi, wyżywienie dietetyczne, opiekę pedagogiczną i medyczną, opiekę ratownika, wykwalifikowanych instruktorów WF podczas zajęć na basenie i na sali, przejazd autokarem na wycieczkę, bilet wstępu do Aquaparku w Redzie, ubezpieczenie NNW na kwotę 10000 zł.

DODATKOWO PŁATNE:

dojazd zorganizowany, program fakultatywny oraz ewentualne ubezpieczenie kosztów rezygnacji TU Europa lub Gwarancja Biura.

ZNIŻKI:

- dla stałych klientów
 - drugi wyjazd na obóz, którego organizatorem jest Amitur - 25 zł
 - trzeci wyjazd na obóz, którego organizatorem jest Amitur - 50 zł
 - czwarty wyjazd na obóz, którego organizatorem jest Amitur - 75 zł
 - piąty i dalszy wyjazd na obóz, którego organizatorem jest Amitur - 100 zł
- dla rodzeństwa - po 50 zł dla każdego z dzieci
- dla dzieci z rodzin wielodzietnych (karta dużej rodziny) - zniżka 50 zł. Aby otrzymać tę zniżkę, konieczny jest skan karty dziecka.
- przy wykupywaniu drugiego turnusu obozu Amituru dla tego samego dziecka podczas lata 2024 - 50 zł
- przy wykupywaniu trzeciego turnusu obozu Amituru dla tego samego dziecka podczas lata 2024 - 75 zł
- **zniżka FIRST MINUTE** za wczesną rezerwację i wpłatę zaliczki:
 - przy rezerwacji obozu **do 04 lutego 2024** - zniżka 100 zł, obniżona wysokość zaliczki do **500 zł** i możliwość wykupienia GWARANCJI BIURA w obniżonej cenie - 30 zł
 - przy rezerwacji obozu w dniach **5 lutego do 17 marca 2024** - zniżka 75 zł i obniżona wysokość zaliczki do **600 zł** i możliwość wykupienia GWARANCJI BIURA w obniżonej cenie - 40 zł
 - przy rezerwacji obozu w dniach **18 - 31 marca 2024** - zniżka 50 zł i obniżona wysokość zaliczki do **700 zł** i możliwość wykupienia GWARANCJI BIURA w obniżonej cenie - 50 zł
 - przy rezerwacji obozu w dniach **01 - 21 kwietnia 2024** - zniżka 25 zł i obniżona wysokość zaliczki do **800 zł** i możliwość wykupienia GWARANCJI BIURA w obniżonej cenie - 60 zł
 - **od 22 kwietnia 2024** - cena bez zniżek First Minute i wysokość zaliczki **950 zł**, GWARANCJA BIURA w normalnej cenie - 70 zł

Zniżki się sumują ale sumaryczna zniżka nie może być wyższa niż 250 zł.

Dopłata na 30 dni przed turnusem.

DOJAZD:

własny lub zorganizowany, pod opieką wychowawców (dodatkowo płatny) z miejscowości:

- **I NITKA DOJAZDOWA Warszawa – Jastrzębia Góra:** bezpośredni autobus (Flixbus) **lub** mikrobus (Hoper) do Jastrzębiej Góry przez Płock, Włocławek, Grudziądz, Gdańsk – możliwe zabranie dziecka ze wszystkich tych miejscowości
- **II NITKA DOJAZDOWA: Kraków – Jastrzębia Góra:** pociąg TLK z Krakowa do Władysławowa i stamtąd mikrobus do Jastrzębiej Góry. Pociąg przejeżdża przez Katowice, Zabrze, Gliwice, Opole, Brzeg, Oławę, Wrocław, Żmigród, Rawicz, Leszno, Kościan, Poznań, Gniezno, Inowrocław, Bydgoszcz, Tczew – ze wszystkich tych stacji możliwe jest zabranie dziecka. Ta nitka dojazdowa jest uruchamiana dla minimum 6 dzieci z całej trasy pociągu.

Cena dojazdu będzie podana po 09.03.2024 (zmiana rozkładu jazdy PKP). Możliwy dojazd w jedną stronę, za połowę ceny.

Cena przejazdu PKP jest skalkulowana dla dzieci ze zniżką szkolną. Dzieci bez ważnej legitymacji szkolnej będą musiały dopłacić różnicę w koszcie biletu normalnego i ulgowego u konduktora, dlatego proszę dopilnować, aby dziecko zabrało ważną (podstemplowaną) legitymację szkolną.

UWAGA:

I turnus obozu **rozpoczyna się kolacją w sobotę, 22.06.2024.** Dojazd dzienny. I turnus **kończy się kolacją we wtorek** (+ suchy prowiant na drogę), **02.07.2024**, powrót zorganizowany nocny. Dzieci z dojazdem własnym należy przywieźć między godziną 18:30 i 19:30 a odebrać w godzinach wieczornych, do godziny 20:00

II turnus rozpoczyna się **śniadaniem 03.07.2024 (środa).** Dojazd zorganizowany na II turnus obozu odbywa się nocą, wyjazd z części miejscowości we wtorek 02.07.2024 późnym wieczorem. Dzieci z dojazdem własnym należy przywieźć 03.07.2024 pomiędzy godziną 08:30 a 10-tą. Późniejszy przyjazd należy uzgodnić z Biurem lub kierownikiem obozu. Powrót z obozu – przejazd dzienny, **wyjazd po śniadaniu 13.07.2024 (sobota)** + suchy prowiant na drogę.

KONIECZNIE TRZEBA ZABRAĆ:

wygodne buty na piesze wycieczki, mały plecaczek, butelkę z filtrem na wodę na wycieczki (najlepiej 0,7 litra), krem z filtrem, środek na komary i kleszcze, klapki na basen, strój kąpielowy, czepek, dres, strój gimnastyczny, legitymację szkolną, oryginał karty kwalifikacyjnej (o ile nie została wcześniej przesłana do Biura).



Niezgłoszenie się na imprezę lub wcześniejszy wyjazd, jeśli nie jest spowodowany chorobą lub udokumentowanym wypadkiem losowym (w przypadku wykupienia ubezpieczenia kosztów odwołania uczestnictwa) lub niezależnie od przyczyn (bez wykupionej Gwarancji Biura lub ubezpieczenia), nie jest podstawą do żądania od Biura Turystycznego AMITUR ekwiwalentu za niewykorzystane świadczenia - jest traktowane jak rezygnacja i Biuro w tym wypadku potrąca udokumentowane koszty, które zostały poniesione, zachowując prawo do roszczeń odszkodowawczych z tytułu utraconych korzyści, co w niektórych przypadkach może sięgnąć 100% wpłaconej kwoty za obóz.

Dlatego też zalecamy wykupienie **GWARANCJI BIURA** lub ubezpieczenia kosztów odwołania uczestnictwa i wcześniejszego powrotu z imprezy turystycznej TU Europa.

GWARANCJA BIURA:

Wykupienie **GWARANCJI BIURA (koszt 70 zł, w ofercie FIRST MINUTE są zniżki)** zmienia wysokość potrącenia w przypadku rezygnacji z obozu (niezależnie od przyczyn rezygnacji).

Potrącenie bez wykupionej Gwarancji Biura (według warunków uczestnictwa):

1. wcześniej niż na 35 dni przed terminem jego rozpoczęcia potrącana jest opłata manipulacyjna w wysokości 10% ceny obozu.
2. pomiędzy 34 dniem a dniem wyjazdu Organizator odlicza udokumentowane koszty, które Biuro poniosło, zachowując prawo do roszczeń odszkodowawczych z tytułu utraconych korzyści w kwocie nie mniejszej niż opłata manipulacyjna. Uprzedzamy, że przy rezygnacji tuż przed terminem wyjazdu na obóz, koszty te mogą sięgnąć blisko 100% ceny obozu.

Potrącenie z wykupioną „Gwarancją Biura„:

- na 35 dni lub więcej: **130 zł**
- 34-7 dni: **230 zł**
- 6-1 dni: 15 % ceny obozu
- w trakcie trwania obozu - według warunków uczestnictwa, czyli Organizator odlicza udokumentowane koszty, które Biuro poniosło.

Fakultatywne ubezpieczenie kosztów odwołania uczestnictwa TU Europa

zabezpieczające 100% zwrot kosztów obozu w przypadku rezygnacji z wyjazdu lub wcześniejszego powrotu spowodowanego chorobą lub innym udokumentowanym wypadkiem losowym, którego nie można było przewidzieć. W wariantach podstawowym ubezpieczenia, oprócz choroby jest to szkoda w mieniu w następstwie kradzieży z włamaniem a także np. utrata pracy, kradzież dokumentów niezbędnych do realizacji podróży, kradzież pojazdu, otrzymanie wezwania do sądu, wyznaczenie daty egzaminu poprawkowego. W wariantach Max - inne udokumentowane przyczyny, w tym wydarzenia spowodowane zaostrzeniem choroby przewlekłej osoby ubezpieczonej lub członka rodziny oraz zachorowaniem na Covid-19.

Oferujemy następujące warianty ubezpieczeń:

- ubezpieczenie kosztów rezygnacji i wcześniejszego powrotu TU Europa w wariantach podstawowym, zapewniającym 100% zwrot kosztów obozu (bez dojazdu) **w przypadku choroby lub udokumentowanego wypadku losowego, które to zdarzenie zaistniało do dnia rozpoczęcia obozu lub w trakcie trwania obozu**, w cenie **94 zł**. Wariant podstawowy ubezpieczenia nie zawiera ochrony na wypadek zachorowania na Covid-19 ale można dokupić dodatkowe ryzyko - zachorowanie na Covid-19 - wzrost składki o 60%, czyli wariant podstawowy z Covid19 kosztuje **151 zł**.

- ubezpieczenie kosztów rezygnacji i wcześniejszego powrotu w **wariantcie MAX** (zawiera rozszerzenie ubezpieczenia na wydarzenia spowodowane przez **choroby przewlekłe** oraz zapewnia ochronę w przypadku zachorowania na Covid-19) które kosztuje **212 zł**

Jeszcze raz uprzedzamy, że niezgłoszenie się na imprezę, jeśli nie jest spowodowany chorobą lub udokumentowanym wypadkiem losowym lub wcześniejszy wyjazd z powodu choroby lub wypadku losowego (bez wykupionego ubezpieczenia) a również wcześniejszy wyjazd z powodu innych przyczyn (np. tęsknoty dziecka za rodzicami) nie jest podstawą do żądania od Biura Turystycznego AMITUR ekwiwalentu za niewykorzystane świadczenia - jest traktowane jak rezygnacja i Biuro w tym wypadku potrąca udokumentowane koszty, które zostały poniesione, zachowując prawo do roszczeń odszkodowawczych z tytułu utraconych korzyści, co w niektórych przypadkach może sięgnąć 100% wpłaconej kwoty za obóz.

W jakim terminie można kupić ubezpieczenie kosztów rezygnacji?

- W przypadku, gdy do dnia rozpoczęcia obozu jest **więcej niż 30 dni** – ubezpieczenie we wszystkich wariantach można kupić **w dniu zawarcia umowy i przez kolejne 10 dni**.
- Gdy do rozpoczęcia obozu jest **od 8 do 30 dni** – ubezpieczenie można kupić **w dniu zawarcia umowy i przez kolejne 3 dni**,
- Gdy do rozpoczęcia obozu jest **od 1 do 7 dni**, umowę ubezpieczenia można zawrzeć tylko w dniu zawarcia umowy.

ZWROTY KOSZTÓW DOJAZDU

Zwrot w przypadku rezygnacji z dojazdu jest dokonywany przez Biuro bez potrąceń do dnia wykupienia biletów. Jeśli rezygnacja z dojazdu zostanie zgłoszona już po zakupie biletów zwrot następuje z potrąceniem stosowanym przez przewoźnika.

KAUCJA

Prawny opiekun uczestnika obozu odpowiada materialnie za szkody spowodowane przez uczestnika w obiekcie kolonijnym. Na poczet ewentualnych szkód zbierana jest przed wyjazdem obowiązkowa kaucja w wysokości 30 zł. O ile nie będzie szkód, kaucja jest zwracana w ostatnim dniu obozu.

SPOSÓB REZERWACJI

Rezerwacja obozu jest możliwa poprzez link na końcu zamieszczonej w Internecie oferty, pod adresem www.odchudzaniedzieci.pl przekierowujący do systemu rezerwacyjnego SKALEO. Po wypełnieniu wszystkich rubryk formularza, zaakceptowaniu zgód oraz umowy, będzie można zapłacić zaliczkę/całość za pomocą bezpiecznego serwisu **imoje.pl** (płatności online dla sklepów internetowych w Polsce dostarczane przez bank **ING Bank Śląski**). Formy płatności to przelew natychmiastowy, BLIK, karty płatnicze (debetowe i kredytowe), płatności odroczone Google Pay i Apple Pay oraz płatności ratalne.

Osoby, które wolą dokonać wpłaty zaliczki tradycyjnym przelewem, mają na to 24 godziny od momentu otrzymania wiadomości e-mail z potwierdzeniem dokonania rezerwacji od Organizatora.

Osoby, które wolą dokonać rezerwacji telefonicznie, prosimy dzwonić w godzinach pracy Biura (10:00-17:00) na numer: **516-347-907** a po godzinach pracy Biura na telefon: **502-045-822**. **Prosimy o wcześniejsze zapoznanie się z ofertą danego obozu i przygotowanie danych osobowych rodzica/opiekuna i uczestnika oraz informacji o transporcie/dziecie/ewentualnych zniżkach.**

