



Gymnázium A. Jiráska Litomyšl

Sportovně-turistický kurz

Termín: 9. 9. 2019 – 13. 9. 2019

Místo: Mladočov

Odjezd: v pondělí 13. 9. 2019 v 9:00 hod od budovy gymnázia
sraz účastníků nejpozději v 8,30 hod. na hřišti školy

Na místo určení se přesouváme na kolech. Věci studentů a materiál na kurz odváží tranzit, který se nakládá před odjezdem a vyjíždí cca v 9:00 hod od školy. Studenti se mohou po předchozí domluvě s vedoucím kurzu připojit až v Mladočově (viz potvrzení o nástupu na kurz), zároveň tito studenti z Mladočova po skončení kurzu i sami i odjíždí sami.

Výchovně-vzdělávací cíl kurzu:

Získání základních dovedností v odvětví cyklo-turistiky, pobytu, pohybu a orientaci v přírodě, střelby ze vzduchovky, méně tradičních sportovních a pohybových her.

Rámcový rozvrh kurzu:

Pondělí – příjezd, ubytování, zaměstnání 1. dne

Úterý – zaměstnání 2. dne, cyklistická časovka

Středa – celodenní výlet (pěší a cyklo)

Čtvrtek – kontrola dovedností v jednotlivých odvětvích, zaměstnání formou soutěží

Pátek – vyhodnocení soutěží a kurzu, úklid tábora, před obědem odjezd do Litomyšle

Základní vybavení na kurz:

- **cyklistická přilba**, kolo v perfektním stavu, zámek na kolo, náhradní duši (eventuálně plášť), lepení na duši, zákl. cykloklíče (do skupiny)
- **spacák**, sportovní boty a oblečení, dlouhé kalhoty, gumáky (?), sluneční brýle, hygienické potřeby, krém proti slunci, osobní léky, obinadlo, náplast s polštářkem, baterku, vlastní léky (např. alergie) atd.
- diabolky navíc (budete-li chtít střílet mimo zaměstnání), vlastní buzolu (kdo má)
- **průkaz zdrav. pojišťovny, potvrzení o bezinfekčnosti** (ne starší 1 dne), **zdravotní způsobilost, potvrzení o místě nástupu na kurz, očkovací průkaz**

Stravování:

- snídaně, oběd, svačina, večeře, druhá večeře v místě (případné dietologické požadavky včas nahlásit)

Předpokládané finanční náklady: cca 2000 Kč

- tuto částku odevzdají HOTOVĚ VŠICHNI studenti p. Hanusovi nejpozději do 5. 9. 2019

Potvrzení

- zdravotní způsobilost, bezinfekčnost, příp. o nástupu – nutné odevzdání 5. 9. 2019

*Věci je možné uschovat **v pátek před odjezdem v kabinetu TV** a v den odjezdu budou naloženy s ostatním materiálem a zavazadly.