



# Gymnázium A. Jiráska Litomyšl

## Sportovně-turistický kurz

**Termín:** 14. 9. 2020 – 18. 9. 2020

**Místo:** Mladočov

**Odjezd:** v pondělí 14. 9. 2019 cca 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 bydlící na trase Litomyšl – Mladočov či v okolí cílové destinace se ke skupině připojí v Mladočově (viz potvrzení o nástupu na kurz).

### **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 do vrchu,

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 finan. ční náklady** cca 1 900 Kč; pro „strýčka příhodu“ **vybereme 2 000,- Kč**, zbytek / přeplatek se pak vrátí do třídního fondu

- tuto částku odevzdají **HOTOVĚ VŠICHNI** studenti v první zářijovém týdnu v kabinetě TV pravděpodobně P. Hanusovi.

Na konkrétnějších organizačních věcech se domluvíme během prvních dnů výuky v září.