



Gymnázium A. Jiráka Litomyšl

Sportovně-turistický kurz

Termín: 21.–25.6.2021

Místo: Mladočov

Odjezd: v PO 21.6. cca v 9:00 hod od budovy gymnázia; sraz účastníků **nejpozději v 8:30 hod na hřišti**
návrat v PÁ 25.6. cca do 12:00 hod

Na místo konání se přesouváme na kolech. Věci studentů a materiál na kurz se nakládá na přívěsný vozík za auto – tento vozík se nakládá před odjezdem a **vyjíždí cca v 9:00 hod** od budovy školy. Studenti bydlící na trase Litomyšl – Mladočov či v okolí cílové destinace se ke skupině připojí v Mladočově (viz potvrzení o nástupu na kurz na webu školy).

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, závod do vrchu, animační program 1.část

Úterý – 4 zaměstnání po cca 1,5 hod (2 dopoledne a 2 odpoledne), příp. animační program 2

Středa – celodenní výlet (peší a cyklo; oběd někde na trase výletu), večer lanové aktivity

Čtvrtek – kontrola dovedností v jednotlivých odvětvích formou soutěží, příp. animační program 2

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

Základní vybavení na kurz:

- **cyklistická přilba**, jízdní kolo v perfektním stavu, zámek na kolo, náhradní duši (eventuálně plášť), lepení na duši, zákl. cykloklíče (do skupiny)
- **vlastní spacák** a příp.polštářek, sportovní boty a oblečení, dlouhé kalhoty, gumáky (?), sluneční brýle, hygienické potřeby, krém proti slunci, repelent, obinadlo, náplast s polštářkem, baterku, osobní vlastní léky (např. alergie) atd.
- diabolky navíc (budete-li chtít střílet mimo zaměstnání), vlastní buzolu (kdo má)
- **kartička zdrav. pojišťovny, potvrzení o bezinfekčnosti** (ne starší 1 dne před nástupem na kurz; vyplňuje zletilý účastník či zákonný zástupce), **zdravotní způsobilost** (vyplňuje jen lékař), **potvrzení o místě nástupu na kurz** pro „přespolní“, **očkovací průkaz, individuální „omluvenky / uvolněnky“** (dokumenty ke stažení na webu školy)
- **antigenní samotest na COVID poslat přes chat TEAMSu**
- **ROUŠKY / RESPIRÁTORY**

Stravování:

- snídaně, oběd, svačina, večere, druhá večere v místě (bezlepková dieta vzít něco málo s sebou)

Předpokládané finanční náklady cca 1 900 Kč; pro „strýčka příhodu“ **vybereme 2 000,- Kč**, zbytek / přeplatek se pak vrátí do třídního fondu (v této částce zahrnuto ubytování, stravování, náklady na dopravu materiálu, na diabolky, program animátora, odměny za soutěže).