

HARMONOGRAM letního sportovního kurzu + co s sebou

Pondělí 2. 6. 2025

Cyklovýlet - sraz bude na vlakovém nádraží Královo Pole – organizace odjezdu a **čas srazu bude upřesněn v „pokynech k odjezdu“ uložených na web před konáním kurzu**

1. Etapa základní – Královo pole (vlak. nádraží) – Podlesí – Kuřim - Řečkovice (konečná tramvaje č.1 – konec akce)

2. Etapa pokročilí – Královo Pole (vlak. nádraží) – Řečkovice – Mokrý Hora – Ořešín – Útěchov – Vranov – Lelekovice - návrat zpět do Králova Pole (vlak. nádraží – konec akce)

Ukončení akce na konečných stanicích trasy v cca 13 – 14 hod

CO S SEBOU NA KOLO: jízdní kolo zkontrolované a způsobilé k jízdě!!!, kartičku ZP, OP, pití, svoje potřebné léky, brýle, rukavičky na kolo, **cyklistickou přilbu!!!**, pláštěnku

Nezúčastnění – Náhradní plnění bude umístěno na viz. web školy – studenti – školní kurzy – letní kurz 2025 - náhradní plnění

Úterý 3. 6. – pátek 6. 6. 2025

Vodní turistika - Vltava

<u>ÚTERÝ</u> <u>3. 6.</u>	<u>SRAZ : v 8: 00 adresa</u> Rooseveltova 31/7, Janáčkovo divadlo.
	ODJEZD – 8.30h BUS
	<u>Okolo 13:00 příjezd busem do Vyššího Brodu – počátek plavby a splutí úseku VYŠŠÍ BROD - ROŽMBERK (kemp Ingetour)</u>
<u>PROGRAM</u>	Seznámení se základními vodáckými dovednostmi, ochrannými a záchrannými prostředky. Rozdělení posádek dle zdatnosti. Základní bezpečnostní výcvik, pohyb na řece v organizované skupině, taktika splouvání, technika pádlování, splutí technických obtíží, sebezáchra ve vodě při převrnutí, záchrana ze břehu pomocí záchranných pomůcek atd. ODPLUTÍ DO ROŽMBERKA – splutí 10 km a 3 jezy
<u>Co navštívíme?</u>	<u>Večerní Rožmberk</u>
<u>STŘEDA</u> <u>4. 6.</u>	<u>ROŽMBERK – ČESKÝ KRUMLOV (kemp Nové Spolí)</u>

<u>PROGRAM</u>	<u>Délka našeho splutí je cca 20 km se 2 jezy</u> Nácvik vodní záchrany, pohyb na řece v organizované skupině, chování posádky nad a pod jezem
<u>Co uvidíme?</u>	<u>unikátní architektonický skvost pod záštitou UNESCO – Český Krumlov - zámek a hrad - PROHLÍDKA</u>
ČTVRTEK 5. 6.	ČESKÝ KRUMLOV – ZLATÁ KORUNA, kemp Koruna
<u>PROGRAM</u>	Délka našeho splutí je cca 17 km s 5 jezy
<u>Co navštívíme?</u>	Cisterciácký klášter Zlatá Koruna - národní kulturní památka
PÁTEK 7. 6.	ZLATÁ KORUNA/DÍVČÍ KÁMEN – BORŠOV NAD VLTAVOU
<u>PROGRAM</u>	Délka našeho splutí je cca 20 km s 1 jezem
<u>Co uvidíme?</u>	<u>Peřeje na Vltavě</u>
<u>ODJEZD:</u>	Autobusem z Boršova nad Vltavou – odjezd cca 15:00 – 15:30, příjezd do Brna cca 19:00 – 20:00 hod.

CO S SEBOU NA VLTAVU:

- vlastní stan (do dvojice, trojice – je potřeba se domluvit), spacák, karimatku
- stravování – vlastní potraviny, případně kempové vařiče. Základní potraviny jsou k dostání v každém kempu.
- věci osobní hygieny, **POTŘEBNÉ LÉKY!**
- pokrývku hlavy, sluneční brýle, opalovací krém, čelovku, šňůru na sušení vlhkých věcí
- plavky, náhradní oblečení + funkční oblečení na chladnější večery, **PLÁŠTĚNKU!**
- NUTNÁ vhodná obuv do vody (ideální speciální obuv do vody - lze nahradit staršími teniskami nebo páskovými sandály s pevnější podrážkou, **NE PANTOFLE!**)
- **LODNÍ VAKY – ideálně 80 l** (aspoň 1 do lodi navíc ke 2 barelům, které studenti vyfasují), vhodné jsou i malé příruční lodní vaky (objemu cca 5 l) na osobní věci (mobil, peníze) = velké vaky lze zapůjčit – např. Vodák sport v Brně.
- **igelitové pytle** (ideální jsou odpadkové pytle, do kterých lze zabalit, co je potřeba)
- provaz na přivázání lodi (bývají součástí lodi, ale někdy chybí) a barelů k lodi, houbu nebo kelímek na vylévání vody z lodi
- doklady – **OP, průkaz ZP**
- **minimum dalších věcí – vše si povežete na své lodi!**

Nezúčastnění – Náhradní plnění viz. web školy – studenti – školní kurzy – letní kurz 2025 - náhradní plnění