

HARMONOGRAM letního sportovního kurzu + co s sebou

Pondělí 2. 6. 2025

Cyklovýlet – organizace srazu a odjezdu na cyklovýlet bude upřesněna podle počtu přihlášených – sledujte web školy

- 1. Etapa základní** – Královo pole (vlak. nádraží) – Podlesí – Kuřim - Řečkovice (konečná tramvaje č. 1 – konec akce)
- 2. Etapa pokročilí** – Královo Pole (vlak. nádraží) – Řečkovice – Mokrá 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, náhradní duši, **cyklistickou přilbu!!!**, pláštěnku

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

Úterý 27. 5. – pátek 30. 5. 2025

Vodní turistika - Vltava

<p>ÚTERÝ 27. 5.</p>	<p><u>SRAZ: v 8: 00 od budovy školy</u></p> <p>ODJEZD – 8.30h BUS</p> <p><u>Okolo 13:00 příjezd busem do Vyššího Brodu – počátek plavby a splutí úseku VYŠŠÍ BROD - ROŽMBERK (kemp Ingetour)</u></p>
<p>PROGRAM</p>	<p>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, sebezáchrana ve vodě při převrnutí, záchrana ze břehu pomocí záchranných pomůcek atd. ODPLUTÍ DO ROŽMBERKA – splutí cca 10 km a 3 jezy</p>
<p>Co navštívíme?</p>	<p><u>Večerní Rožmberk</u></p>
<p>STŘEDA 28. 5.</p>	<p><u>ROŽMBERK – ČESKÝ KRUMLOV (kemp Nové Spolí)</u></p>

<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>
<u>ČTVRTEK</u> <u>29. 5.</u>	<u>ČESKÝ KRUMLOV – ZLATÁ KORUNA, kemp Koruna</u>
<u>PROGRAM</u>	Délka našeho splutí je cca 17 km s 5 jezy
<u>Co navštívíme?</u>	Cisterciácký klášter Zlatá Koruna - národní kulturní památka
<u>PÁTEK</u> <u>30. 5.</u>	<u>ZLATÁ KORUNA/DÍVČÍ KÁMEN – BORŠOV NAD VLTAVOU</u>
<u>PROGRAM</u>	Délka našeho splutí je cca 20 km s 1 jezem
<u>Co uvidíme?</u>	<u>Peřejky na Vltavě</u>
<u>ODJEZD:</u>	Autobusem z Boršova nad Vltavou – odjezd cca 15:00 – 15:30, <u>příjezd do Brna cca 19:00 – 20:00 hod.</u>

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 lodě navíc ke 2 barelům, které studenti vyfasují), vhodné jsou i malé příruční lodní vaky (do 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 bude uloženo na web Školy – studenti – Školní kurzy – letní kurz 2025 - náhradní plnění