



Gymnázium A. Jiráska Litomyšl

Sportovně-turistický kurz

Termín: 19.6.-23.6.2023

Místo: Mladočov

Odjezd: v pondělí 19.6.2023 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 vozidlo a návěsem, 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)
- **vlastní 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), kytara (?)
- **průkaz zdrav. pojišťovny, potvrzení o bezinfekčnosti** (ne starší 1 dne), **zdravotní způsobilost, potvrzení o místě nástupu na kurz, očkovací průkaz**
- **ROUŠKA**

Stravování:

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

Předpokládané finan. ční náklady 2500 Kč; pro „strýčka příhodu“ **vybereme 2 600,- Kč**, zbytek / přeplatek se pak vrátí do třídního fondu

- tuto částku odevzdají **HOTOVĚ VŠICHNI** studenti v týdnu mezi 22.-26.květnem 2023 v kabinetě TV pravděpodobně P. Hanusovi.

Na konkrétnějších organizačních věcech se domluvíme ještě během zbývajících dnů.

Dokumenty ke stažení: na glit.cz – předmětové komise – tělesná výchova.