



Gymnázium
Aloise Jiráska
Litomyšl

Sportovně-turistický kurz

Termín: 16.6.-20.6.2025

Místo: Mladočov, Rekreační zařízení (vedle kostela)

Odjezd: v pondělí 16.6.2025 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 s návěsem, který se nakládá před odjezdem a vyjíždí nejpozději 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 (seřizené odborníkem), 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, obinadlo, náplast s polštářkem, baterku, vlastní léky (např. alergie) atd.
- diabolky navíc (budete-li chtít střílet mimo zaměstnání), vlastní buzolu (kdo má), kytara (?)
- **průkaz zdravotní pojišťovny, potvrzení o bezinfekčnosti** (ne starší 1 dne), **zdravotní způsobilost** (lze použít z loňského lyžáku, platnost na 2 roky), **potvrzení o místě nástupu na kurz** (pouze neodjíždějící společně od školy)
- **rouška**

Stravování:

- snídaně, oběd, svačina, večeře, 2. večeře v místě (případné dietologické požadavky včas nahlásit)

Předpokládané finanční náklady 2850,- Kč; pro „strýčka příhodu“ **vybereme 2 900,- Kč**, zbytek / přeplatek se pak vrátí do třídního fondu

- tuto částku odevzdají **HOTOVĚ VŠICHNI účastníci kurzu** v týdnu mezi 26.-30. květnem 2025 v kabinetě TV P. Hanusovi.

Na konkrétnějších organizačních věcech se domluvíme ještě během zbývajících dnů.

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