

Informace o letním sportovním kurzu

Termín:

červen 2018

Místo:

Hradec nad Moravicí (Žimrovice)

Náplň kurzu:

vodácké aktivity, sjíždění řeky Moravice
cyklistika, turistika, sportovní hry, koupání, střelba, pohybové aktivity, návrat

Předpokládaná cena: do 2 500 Kč

Cena obsahuje: doprava na místo a zpět
ubytování
přeprava kol na místo a zpět ke škole
doprava instruktorů, lodí a materiálu na místo
doprovodné auto pro převoz zavazadel a materiálu po celou dobu akce
zapůjčení vest, pádel a kánoí a 1 lodního pytle do každé kánoe
práce vodáckého instruktora a doprovodu
zajištění lékařského dozoru a lékárničky

Doprava:

vlakem z vlakového nádraží v Bohumíně
přeprava kol od školy na místo bude zajištěna nákladním autem

Stravování:

individuální, v případě zájmu je možno zajistit polopenzi

Ubytování:

ubytovna Areál Dobré Pohody Žimrovice, pokoje jsou po dvou až třech, vlastní soc. zařízení a sprcha, společenská místnost s TV, kuchyňka, Wi-Fi připojení, tělocvična k dispozici

Závaznou přihlášku odevzdejte do 19. 12. 2017!

Závazná přihláška na sportovní kurz

Jméno a příjmení: _____

Pro studenty II. ročníku bude v souladu s plánem studia v měsíci červnu 2018 organizován letní sportovní kurz.

Sportovního kurzu se **zúčastním** **nezúčastním**

Důvod neúčasti: _____

V případě účasti je třeba uhradit na účet školy zálohu ve výši 1000 Kč do 30. 4. 2018.

Datum: _____ Podpis zákonného zástupce: _____

Vybavení na kolo a turistiku:

- funkční a vyzkoušené kolo + nejnnutnější servisní prostředky (lepení, hustilka, atd.)
- cyklistická přilba, doporučené jsou i rukavice
- doklady a průkazka ZP
- odpovídající finanční hotovost na stravování a pro osobní potřebu
- sportovní oblečení několikrát na výměnu
- nepromokavá bunda
- plavky, ručník
- dobrá obuv na cykloturistiku, do lodě a na sport
- lehká vycházková obuv
- přezůvky
- pokrývka hlavy
- hygienické potřeby, opalovací krémy
- malý batoh na záda pro výlety na kole
- sluneční nebo cyklistické brýle

Vybavení na vodu:

- pro jízdu na vodě – lehčí tepláková souprava / šušťáky, šortky – **lehce usušitelné!**
- obuv do vody (plátěnky / rychle schnoucí obuv) **NE SANDÁLE, PANTOFLE ČI GUMÁKY**
- plavky
- trička
- kraťasy
- náhradní (dlouhé) kalhoty a mikina
- pláštěnka / nepromokavá bunda
- ponožky
- spodní prádlo
- 1 pár obuvi na přezutí

Finance:

- | | |
|---|-----------|
| • Půjčovní lodí, pádel, vest a vybavení na vodu | 700,- |
| • Ubytování | 1 500,- |
| • Doprava kol | 100,- |
| • Jízdné | cca 200,- |