



Program vodáckého kurzu - informace pro rodiče a žáky

Třída: 3.C

Termín: 11. – 15. června 2024

Odjezd: 11.6. 2024 z konečné zastávky autobusu - Františka Halase čas bude upřesněn

Příjezd: 15.6. 2024 na konečnou zastávku autobusu - Františka Halase čas bude upřesněn

Doprava: autobus, kanoe

Ubytování: Kemp a tábořiště U Mloka – stany (<http://www.umloka.cz/>), U Skryjského mostu - stany

Stravování: 1.den - večeře, 2. den – snídaně + oběd + večeře, 3. den – snídaně + oběd + večeře; 4. den – snídaně + oběd + večeře; 5. den – snídaně, oběd v cíli (výběr dle vlastních chuťových a finančních možností); vezměte si láhev - v kempech lze načepovat pitná voda + možnost venkovního občerstvení v areálech (dle vlastních finančních možností)

Vedoucí kurzu: PhDr. Petr Česák, Ph.D.

Místo konání: Berounka (Třimany-Skryje)

Přihlašování do 24.4.: Vyplňte přihlášku **ONLINE (web školy)**.

Obratem Vám přijde email s platebními informacemi, a prohlášením rodičů.

Cena kurzu: 2800 Kč, přeplatek bude vrácen po vyúčtování kurzu, příspěvek 200 Kč z OPS bude automaticky přičtený k Vaší platbě

Přeplatek vám bude vrácen po skončení a vyúčtování kurzu

Informace k platbám: Platby odesílejte na účet školy: 329 546 0277/0100 KB, VS: 617, SS: evidenční číslo žáka,
do **poznámky uveďte Příjmení, jméno a třídu přihlášeného žáka**

Náplň kurzu: Poučení o bezpečnosti, pobyt v přírodě, tábornické dovednosti, vodácký výcvik, táborák, plánování trasy, pěší turistika do Liblína (Kobylka), vodní turistika (splouvání řeky), sportovní hry, outdoorové aktivity, práce s mapou, stavění a „bourání“ tábořiště



Pozn.: Program je aktualizován dle reálných podmínek, reaguje na aktuální počasí, stav vody, zdravotní stav, technickou vyspělost a celkovou zdatnost žáků.

Škola zajistí: poučení o bezpečnosti a o možnostech vzniku úrazů během vodáckého kurzu
lékárničku

vodácké potřeby (lodě, pádla, vesty, barely a pytle, vodácké a turistické mapy)
dopravu účastníků, zavazadel i lodí,
stravu, náhradní program za velmi nepříznivého počasí



Co s sebou na vodu

obecně:

-jen potřebné věci
-připravit se na extrémy: horko, sucho, zima, déšť

vodácké potřeby:

-boty do vody (s pevnou podrážkou a pevným uchycením – NE pantofle, NE sandály, NE kroxky)
-provaz na uvázání bagáže
-pytlíky (sáčky) na balení věcí + gumičky
-něco pod zadek na loď – kousek karimatky, polystyren

oblečení:

-další boty turistické
-něco na přezutí – sandály, ťapky
-rychleschnoucí oblečení na vodu (např. moira) plavky, trika, kraťasy a šortky, sportovní dres, cyklo-dres
-oblečení na turistiku
-oblečení na večer – dlouhé triko, mikina, tepláky, sportovní kalhoty

-oblečení do deště a větru větrovka, nepromokavá bunda (pláštěnka)
-spodní prádlo, ponožky (dle délky pobytu)

-pokryvku hlavy (čepice šátek)

-sluneční brýle (přivázat)

hygienické potřeby:

-kartáček, pasta, šampon
-mýdlo, ručník, toaletní papír
-papírové kapesníky
-opalovací krém

tábornické potřeby:

-spacák
-láhev na pití
-baterka
-malý batůžek
-kytara (alespoň jedna na celou skupinu)
osobní potřeby:
-kartička pojišťovny, OP
-drobné peníze
-papír, tužka

-mobilní telefon (+ochranný obal)

-základní léky – na teplotu, bolest, trávení

-osobní léky (pravidelně užívané) – NUTNO zmínit v přihlášce
-náplast, ochrana proti hmyzu

jídlo:

- svačina na první den
- první den můžeme opékat buřty nebo hermelíny

- další zásoby jídla nejsou nutné

Co s sebou určitě nebrat:

-nové boty: už by nebyly úplně nové
-počítač: potřebuje si odpočinout
-domácí zvířátka, ani plyšová
-šperky a jiné drahé věci
-učení!!! Nikdy jej nepoužijete
-elektrické spotřebiče (fěny, kulmy)
-rifle a boty na podpatcích
-rodiče a jiné příbuzné
-špatnou náladu (jen ☺)