



Program vodáckého kurzu - informace pro rodiče a žáky

Třída: 3.D

Termín: 15. – 19. června 2024

Odjezd: 15. 6. 2024 místo a čas bude upřesněn

Příjezd: 19. 6. 2024 místo a čas bude upřesněn

Doprava: autobus, kanoe

Ubytování: Kemp a tábořiště U Mloka – stany (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 kempu lze načepovat pitná voda + možnost venkovního občerstvení v areálech (dle vlastních finančních možností)

Vedoucí kurzu: Mgr. Nikola Holá

Místo konání: Berounka (Třimany-Skryje)

Přihlašování:

Do **24. 4. 2024** vyplňte přihlášku **ONLINE** (web školy).

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

Cena kurzu:

2800 Kč

Uhradte do **30. 4. 2024**, příspěvek 300 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: 615, 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

-oblečení na turistiku

-oblečení na večer – dlouhé triko,

mikina, tepláky, sportovní kalhoty

-oblečení do deště a větru větrovka,

nepromokavá bunda (pláštěnka)

-sportovní oblečení a obuv

-spodní prádlo, ponožky

-pokrývku hlavy (čepice, šátek)

-sluneční brýle

hygienické potřeby:

-kartáček, pasta, šampon

-mýdlo, ručník, toaletní papír

-papírové kapesníky

-opalovací krém

tábornické potřeby:

-spacák, karimatka

-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 ☺)