

## **POKYNY NA SPORTOVNÍ KURZ**

**Třída :** 3.A a VII..A

**Termín :** 27.5. – 31.5. 2019

**Místo :** Rekreační středisko Krystal v Oskavě  
788 01 Oskava, tel.: 583 233 57

- **odjezd :** pondělí 27.5. 2019 v 9:30 od budovy gymnázia (sraz 9:00 hod.)

- **příjezd :** pátek 31.5.2019 asi v 16:00 hod.

**Vedoucí kurzu :** Mgr. Aleš Zima

**Instruktoři :** ostatní členové kabinetu TV

**Program kurzu:** Základní obsah kurzu tvoří cykloturistika. Nedílnou součástí kurzu je dále kulturně poznávací činnost, sportovní hry, sporty v přírodě a další rekreační činnost (topografie, střelba,...).

**Finanční náklady :** 1600 Kč (zaslat na účet školy č.107-1544830277/0100, variabilní symbol: bude uvedeno číslo pro třídu VII.A 1700 a pro třídu 1.A číslo 1600 a do poznámky o platbě **jméno studenta**).

- cena zahrnuje : ubytování, stravování, dopravu zavazadel a materiálů

- cena nezahrnuje : vstupné (bazén,...), kapesné

Finanční částku ve výši **1.600,-Kč** je nutné uhradit **do 30. dubna 2019**.

**Na kurz vzít :**

- kolo s přehazovačkou, které splňuje požadavky provozu na veřejných komunikacích

- 1 (popřípadě 2) náhradní duše, pumpičku, náhradní ventilek, základní montážní klíče, lepicí soupravu, náhradní lanko k brzdám, sport pásku

- pláštěnku, sluneční brýle, malý batoh na kolo s sebou, nádobu na tekutiny, náhradní tričko

- **všichni účastníci musí mít cyklistickou ochrannou přilbu !!!**

Do většího zavazadla, které bude přepravováno tam i zpět autem :

- sportovní oblečení, 2 sportovní boty, další oblečení dle vlastního uvážení

- plavky, věci osobní potřeby, opalovací krém atd.

- hudební nástroj, .....

- **potvrzení o bezinfekčnosti, občanský průkaz, kartu zdravotní pojišťovny, potvrzení o seřízení kola**

- doporučujeme uzavřít individuální úrazové pojištění a pojištění odpovědnosti za škodu.

Ve Šternberku 12. 11. 2018

**Mgr. Aleš Zima**  
vedoucí kurzu