

## Informace - sportovní kurz 11. 9. - 15. 9. 2017

---

**Místo konání:** Mokřinky Melč – Bílá Holubice (www.bilaholubice.cz)  
**Ubytování:** chata **!!! přezůvky s sebou !!!**  
**Stravování:** v restauraci - plná penze  
**Instruktoři:** kvalifikovaní lidé s odpovídající licenci a s dlouhodobými zkušenostmi, v ceně jsou zahrnuty jejich služby, zapůjčení veškeré potřebné výstroje a výzbroje spojené s vodáckým a horolezeckým výcvikem, doprovodné vozidlo při přepravě na kolech, dovoz batohů, přeprava kol v případě nepříznivého počasí, doprava tam i zpět

### Obsahová náplň:

- základy vodáckého výcviku
- základy horolezectví, výcvik na cvičných skalách v Kružberku
- jízda na kole v prostředí údolí řeky Moravice, hry v přírodě, střelba ze vzduchovky

další program se odvíjí od počasí a dle aktuálních podmínek

### Věci potřebné k činnosti na kurzu:

- jízdní kolo /trekingové nebo horské / vybavené pumpičkou, **náhradní duši odpovídající rozměrům kola, lepení, přilba na kolo**, oblečení na kolo, pláštěnka, čepice, batůžek, cyklistické a sluneční brýle
- sportovní věci na hřiště, teplé oblečení k ohni
- sportovní obuv / i náhradní / , přezůvky
- věci na vodu: staré boty do vody, šušťáková souprava, která rychle schne / event. neoprén / , termoprádlo
- věci osobní hygieny /2 ručníky / , tužku, papír, obinadlo, masážní gel, hudební nástroje
- dobrou náladu a víru v hezké slunečné počasí
- **kartička zdravotní pojišťovny, osobní léky mít stále u sebe a nahlásit p.Richterové / alergie atd. /**

**Bližší informace:** Mgr. Milčinská, Mgr. Richterová , Mgr.Šádek - kabinet č.421 nebo hala SOU  
**Školení o bezpečnosti, chování a o pravidlech silničního provozu (při přesunech na kole na silnici i v terénu a při dalších sportovních aktivitách ) proběhne v třídnických hodinách 4.9.2017**

**Termín konání:** 11. 9. – 15. 9. 2017 třídy 3.A, 3.MS  
**sraz na parkovišti před halou SOU v 8:30 hod.**

**Studenti odevzdají potvrzení o bezinfekčnosti a souhlas rodičů s pravidly na kurzu p. V. Richterové**

**11. 9. 2017 před odjezdem!!! (bez potvrzení nikdo nepojede)**

---

Prohlašuji, že můj syn/dcera \_\_\_\_\_ třída 3.\_\_\_\_\_ má jízdní kolo v řádném technickém stavu a vybaveno podle pravidel silničního provozu. Současně podpisem potvrzuji, že jsem ho/ji poučil o chování na sportovním kurzu. Beru na vědomí, že můj syn/dcera může být za hrubé porušení školního řádu (např. alkohol, cigarety a jiné návykové látky, nevhodné chování atp.) podmíněně vyloučen nebo vyloučen ze studia na střední škole. Dále prohlašuji, že můj syn/dcera je zdrav/a, nebylo mu/jí nařazeno karanténní opatření a ani mi není známo nic o eventuálním styku studenta s nakažlivou chorobou.

Datum: 10. 9. 2017

Podpis zákonného zástupce:\_\_\_\_\_

Podpis studenta:\_\_\_\_\_

Souhlasím, aby se můj syn/dcera .....třída.....  
dopравil/a samostatně na sportovní kurz nebo ze sportovního kurzu 11. – 15. 9. 2017 v Melči-  
Mokřinkách.

Datum a podpis zákonného zástupce:\_\_\_\_\_

Podpis žáka:\_\_\_\_\_

Telefonní kontakt na žáka: \_\_\_\_\_

(je nutná individuální domluva s vedoucí kurzu Mgr.Milčinskou nebo Mgr.Richterovou)