

2/A LYŽOVÁNÍ a SNOWBOARDING

KAS na FTK UP v Olomouci Vás zve na kurzovní soustředění, které se uskuteční v 1/2 ledna 2017 podle učebního programu Lyžování a snowboarding. Účast na kurzu je povinná pro studenty, kteří jsou přihlášení ve STAGu.

Zkratka předmětu KAS/LYSN, KAS/KLYSN.

Č. účtu: 19-1096330227/0100, VS 99510306 (variabilní symbol).

Termín: 15. – 22. 1. 2017

Místo: Jeseníky, areál Kouty nad / Desnou

Cena kurzu: 6.450 Kč

(Cena zahrnuje dopravu, ubytování 7/nocí, stravování, 7/dnů skipas, literaturu).

Úhrada: Částku 6.450 Kč uhradíte do termínu 31.října 2016!!!

Platbu provedete převodem ze svého bankovního účtu a výpis z účtu zašlete mailem: jana.seidlova@upol.cz nebo odevzdáte na Katedře sportu, Hynaisova do označené schránky „Doklady – kurzy“ hned vedle vrátnice. Jako **specifický symbol (S)** uvedete své **rodné číslo**.

Nezbytně nutné!!!

Zaplacení kurzu musí být uhrazeno ve **stanoveném** termínu. **Povinností studenta** je odevzdat nebo poslat mailem na KAS **kopii dokladu o zaplacení!** Pokud tak neučiní, bude vyřazen z kurzu, propadá mu termín předmětu KAS/LYSN, KLYSN a s jeho účastí na kurzu se nepočítá! Doklad o zaplacení je důležitý pro **evidenci účasti na kurzu!**

Storno poplatky (penalizace)!

31 dní a více před odjezdem, storno ve výši 40% ceny kurzu.

30 až 15 dní před odjezdem, storno ve výši 60% ceny kurzu.

14 až 3 dny před odjezdem, storno ve výši 80% ceny kurzu.

2 a méně dní před odjezdem, storno ve výši 100% ceny kurzu.

Neúčast na kurzu:

Vážné zdravotní důvody doložené lékařským osvědčením předloženým Mgr. Taťáně Bank Navrátkové na Katedru sportu, Hynaisova 9, e-mail: tatana.bank@upol.cz při zranění nebo onemocnění kontaktujte na mobil 739 249 121

Ubytování:

Penzion Kouty v blízkosti vleku, ubytování turistického typu, pokoje pro 4 až 6 osob sociální zařízení (WC + sprchy) na patře.

Stravování:

Plná penze, snídaně, obědy, večeře a pitný režim (čaj) po celý den.

Doprava:

Společná, zajištěna autobusem. **Sraz** účastníků v neděli 15. 1. v **9:00 hodin** na parkovišti před Billou (Slovanský dům) a následné nakládání lyží, materiálu, osobních věcí. **Odjezd** autobusu v **9:15 hodin**. Návrat do Olomouce v neděli 22. 1. kolem poledne.

Kompletní sjezdové a snowboardové vybavení!!!

Sjezdové **carvingové** lyže (R12-15m), sjezdové boty a hole, dále snowboardové vybavení (doporučujeme měkké prkno, vázání a měkké boty) a **povinná ochranná přilba!**

Dále potřebujete:

Kompletní vybavení (overall nebo bunda a 2 x oteplovací kalhoty, rukavice (2 páry odolné proti mokru), sjezdové a sluneční brýle, roláky, mikiny ...), vosky, hadřík, ochranný krém s UV filtrem, toaletní potřeby, ručník, poznámkový blok, tužka, oblečení na chatu, přezůvky, hudební nástroj vše sbaleno v batohu **bez konstrukce** nebo lépe ve sportovní tašce, lyže a snowboard ve vaku. OP, léky osobní potřeby, kartu zdravotní pojišťovny.

Přednášky před kurzem jsou povinné – bloková výuka!!!

Předsunuté přednášky jsou součástí kurzovní výuky. **Prezenční studium** termíny **12/10** a **3/11** posluchárna NA-401, čas 19:30 – 20:15 hodin.

Kombinované studium termín **21/10**, Hynaisova učebna 9L, čas 19:45 – 21:15 hod.

Doporučujeme:

Odborné seřízení bezpečnostního vázání s vydáním **certifikátu**, které Vám zajistí ski servis v Olomouci **RepaSport**, Stupkova 1E (Tabulový vrch). Můžete si zde zapůjčit nebo koupit sjezdovou i snowboardovou výzbroj (novou i starší) a při předložení studijního průkazu dostanete slevu 10%!

Možnost zapůjčení snowboardu za skladu FTK v Neředíně (v omezeném množství) nutno domluvit osobně s paní Hanou Studenou [tel. 58 563 6045](tel:585636045).

Zápočtové požadavky:

Aktivní účast na kurzu v plném rozsahu.

Předepsané praktické dovednosti ze sjezdového lyžování a snowboardingu.

Metodický výstup, písemný test z teorie.

Přímá pedagogická praxe (2D / lyžařská škola Hlubočky) pouze prezenční studium.

Doporučená literatura:

Binter, L. & kol. (2006). *Jak dokonale zvládnout snowboarding*. Grada. Praha.

Brtník, J. & Neuman, J. (1999). *Zimní hry na sněhu i bez něj*. Praha. Portál.

Kutáč, P. & Navrátková, T. (2002). *Cvičíme a hrajeme si na lyžích*. Olomouc. Hanex.

Lochmanová, L. & Mazal, F. (1998). *Učitel TV mezi paragrafy*. Olomouc. Hanex.

Reichert, J. & Musil, D. (2007). *Lyžování od základů k dokonalosti*. Praha. Grada.

SLČR. (1997). *Pravidla lyžařských závodů – alpské disciplíny*.

Štumbauer, J. & Vobr, R. (2005). *Moderní Lyžování*. České Budějovice. Kopp.

Teml, J. (2004). *Lyžování dětí*. Praha. Grada.

Mgr. Taťána Bank Navrátková
Garant lyžování a snowboardingu

PaedDr. Soňa Formánková, Ph.D.
Vedoucí Katedry sportu na FTK