

Katedra sportu na Fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci

1/F Kurz pobytu v letní přírodě

FTK/KPLP

Katedra sportu na FTK Vás zve na zkrácený kurz pobytu v letní přírodě, který se koná začátkem července / 2021 na Pastvinách.

Číslo kurzu: 99510323

Termín: 05. – 09. 7. 2021

Místo: VS Pastviny FTK UP Olomouc, Studenecká zátoka, 561 82 Klášterec nad Orlicí, tel. 465 637 275 (214).

Účast: Kurz je povinný pro studenty prvního a druhého ročníku oborů učitelství TV, TVŠ, OCH prezenčního a kombinovaného studia.

Cena kurzu: 1.950 Kč. Cena zahrnuje ubytování a stravování. Termín zaplacení **nejpozději do 20. května 2021!!!** Platbu provedete bankovním převodem z účtu a výpis pošlete e-mailem jana.seidlova@upol.cz jako doklad pro naši evidenci. Pokud platba není provedena z Vašeho účtu, nezapomeňte uvést do zprávy pro příjemce své příjmení a jméno bez diakritiky.

Č. účtu: 19-1096330227/0100, variabilní symbol **(VS) 99510323,** specifický symbol **(SS)** rodné číslo bez lomítka.

Pozvánku najdete na webových stránkách Katedry sportu / kurzy / studenti.

Dne 20. května bude seznam účastníků letního kurzu **definitivně uzavřen!**

Neúčast na kurzu: Vážné zdravotní důvody doložené lékařským osvědčením předloženým Mgr. Bank Navrátkové, tel. 739 249 121, tatana.bank@upol.cz

V případě neúčasti, student uhradí příslušnou penalizaci dle tarifu ubytovacího zařízení a následující akademický rok si zapíše do STAGu **daný předmět** už jako **druhé zapsání!**

Stornovací poplatky: (viz Ceník služeb VS Pastviny platný od 22. 2. 2021)

Při neúčasti na kurzu Vám budou účtovány tyto stornovací poplatky:

nad 26 pracovních dnů před odjezdem – 10 % ceny

do 25-ti pracovních dnů před odjezdem – 40 % ceny

do 10-ti pracovních dnů před odjezdem – 70 % ceny

Doprava: Samostatná po vlastní ose a na vlastní nebezpečí! Doporučujeme železniční dopravou směr Ústí nad Orlicí – Letohrad – Mladkov (kolo pošlete ČD jako spoluzavazadlo), z obce Mladkov dále pokračujete na kole (asi 5 km) směr Pastviny. Výcvikové středisko Pastviny se nachází nedaleko hráze, Studenecká zátoka.

Nástup nejpozději do 12:00 hod. Zahájení kurzu je v 12:30 h.

Ubytování: Ve srubech maximálně po 3 osobách. Doporučujeme teplejší oblečení pro chladné noci. Spacák, polštář a povlečení je k dispozici (dostanete).

Stravování: Zajištěno 3x denně, zahájeno večeří 5.7, ukončeno obědem 9.7.

Zakončení kurzu 9. 7. v 11:30 hodin.

Vybavení: kolo TREKOVÉ nebo HORSKÉ s převodníkem. Každý student předloží „**Potvrzení / Osvědčení**“ o provedeném odborném servisu svého kola! Cyklistické kalhoty krátké a dlouhé, **cyklistická přilba**, cyklo-rukavice, brýle, cyklo-bunda, čepice, šustákové kalhoty, oblečení a obuv na sportování, táboření a kanoistiku do **každého počasí**, gumové holínky, pláštěnku, nůž, hygienické potřeby, baterku, horší oblečení do lesa (montérky + blůzu na etapovou hru), blok a psací potřeby, plavky,

2m šňůry vhodné pro uzlování, pružné obinadlo, léky osobní potřeby, hudební nástroj, občanský průkaz, kartu zdravotní pojišťovny, **cyklo-mapu Orlických hor**.

Doporučujeme – vzít s sebou!

Krátké neoprenové kalhoty a boty do lodi (kanoistika).

Náhradní tenisky (maratonky) **minimálně 1 až 2 páry!**

Vysoušeče do bot (i na ponožky...)

Nezbytně nutné!

Každý účastník kurzu bude mít **povinně!!!**

- **Cyklistickou přilbu.**
- **Hustilku + zámek.**
- **Dvě náhradní duše** (příslušného rozměru svého kola).
- **Klíče** na opravu kola, lanko, lepicí soupravu nebo rychlo-lepení.

Požadavky k zápočtu:

Pro udělení zápočtu je student povinen absolvovat kurz v plném rozsahu a splnit zápočtové požadavky. Předčasné odjezdy nebudou povoleny, zajistěte si volno!!!

- Aktivní účast na kurzu v plném rozsahu.
- Splnění praktických požadavků.
- Splnění teoretických požadavků (písemný test).

Doporučená literatura:

Elstner, F. (1993). *Vázání uzlů*. Praha, Atos.

Hanuš, R., Hrkal, J. (1999). *Lanové překážky a lanové aktivity*. Olomouc. Hanex.

Hnízdil, J., Kirchner, J. (2005). *Orientační sporty*. Praha. Grada.

Kirchner, J., Hnízdil, J. (2004). *Orientační hry nejen do přírody*. Praha. Grada.

Neuman, J. (1998). *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. Praha. Portál.

Neuman, J. a kol. (2000). *Turistika a sporty v přírodě*. Praha, Portál.

Soulek, I., Martinek, k. (2000). *Cyklistika*. Praha, Grada.

Sýkora, B. (1989). *Didaktika turistiky a pobytu v přírodě*. Praha, SPN.

Mgr. Taťána Bank Navrátková
Vedoucí kurzu

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

Nepřehlédněte!

V prostředí Moodle pod zkratkou FTK/KPLP si nastudujte Uzlování, Šifrování a Morseovku. Další informace najdete v e-knize - studijní opora ke kurzu pobytu v letní přírodě (zaměřte se na kanoistiku, cyklistiku a orientaci).

Odkaz na e-knihu <https://eupol.publi.cz/?book=174-pobyt-v-letni-priode>

Upozornění:

Týden před zahájením kurzu dostanete e-mailem informaci „**O pravidlech antigenního testování**“! Nezapomeňte si vzít s sebou respirátory!