

Katedra sportu na Fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci

KURZ SNOWBOARDINGU B

Katedra sportu na FTK UP v Olomouci Vás zve na povinně volitelný kurz snowboardingu B, který se koná v polovině března /2024 na Červenohorském sedle v Jeseníkách. Účast je povinná pro studenty přihlášené ve STAGu.

Zkratka předmětu KAS/SNOWB, KSNWB

Č. účtu: 19-1096330227/0100, VS (variabilní symbol) 99510309

Termín: 16. – 21. 3. 2024

Místo: ski areál Červenohorské sedlo, Jeseníky

Cena kurzu: 6.600 Kč

(Cena zahrnuje ubytování 5N, stravování / celodenní penzi, 6 dnů skipas).

Úhrada: do termínu **5. listopadu 2023!**

Platbu provedete převodem ze svého bankovního účtu a výpis z účtu zašlete mailem:

jana.seidlova@upol.cz jako **specifický symbol (S)** uveďte své **rodné číslo**.

Nezbytně nutné!!!

Zaplacení kurzu musí být uhrazeno ve **stanoveném** termínu, jinak s Vaší účastí **nepočítáme** a Vaše místo nabízíme náhradníkovi. **Povinností studenta** je poslat e-mailem **kopii dokladu o zaplacení**, který je důležitý pro **evidenci Vaší 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 **tel. 739 249 121**

Ubytování: hotel „Červenohorské sedlo“, turistické pokoje pro 4-5 osob se sociálním zařízením (WC + sprcha).

Stravování: celodenní penze (stravování 3 x denně), pitný režim (čaj) ke každému jídlu, zahájení 16/3 obědem, ukončení snídání 21/3.

Doprava:

Samostatná, individuální, po vlastní ose a na vlastní nebezpečí. **Sraz** účastníků před hotelem „Červenohorské sedlo“ v sobotu 16/3 do **12:00** hod. Parkování zdarma (za hotelem), zahájení kurzu **12:30 hodin** (obědem), potom následuje výuka na svahu 14:00-16:00 hodin, ukončení kurzu ve čtvrtek 21/3 po zápočtech v 11:30 hodin.

Vybavení:

Kompletní snowboardová výzbroj a výstroj + povinná bezpečnostní přilba!!!

Doporučujeme snowboard měkký (univerzální, freestyle, freeriding) a tomu odpovídající vázání a boty, začátečníci chrániče na in-line bruslení nebo volejbal (zápěstí, kolena, lokty). Bunda 2x, oteplovací kalhoty 2x, rukavice 3 páry (vodě odolné), thermo prádlo, roláky, mikiny... Sjezdové a (sluneční) brýle, vosky, krém s UV filtrem, poznámkový blok, tužka, oblečení a přezůvky na chatu, hygienické potřeby, občanský průkaz, průkaz zdravotní pojišťovny, léky osobní potřeby, pružné obinadlo, ortéza pokud ji používáte, hudební nástroj ...(vysoušeče bot).

Plavky s sebou vstup do bazénu 12 x 6 m (1 hodina / za pobyt zdarma).

Půjčení snowboardu: bližší informace podá Mgr. Bank Navrátková

Ze skladu FTK Neředín jen v omezeném množství, nutno osobně domluvit s paní Studenou **tel. 776 755 572**. Další možnost zapůjčení snowboardu RepaSport Stupkova 1E (Tabulový vrch) Olomouc za výhodnou cenu (se slevou) nebo Helia sport, I. P. Pavlova 116, Olomouc.

Zápočtové požadavky:

Aktivní účast na kurzu v plném rozsahu.

Splnění praktických dovedností.

Metodický výstup v družstvu.

Písemný test z teorie.

Udělení licence:

Při splnění licenčních požadavků „Instruktor základního snowboardingu“ možnost získat licenci. Podrobnější informace k vystavení licence podá Mgr. Bank Navrátková, (poplatek za vystavení licence činí 1000 Kč, platba až po kurzu), na kurz si vezměte **1 x foto** na průkaz.

Doporučená literatura:

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

Binter,L. & kol. (2006). *Snowboarding*. Grada. Praha.

Twins ski school. (1997). *Metodika výuky snowboardingu*.

Weiss, Ch. (1993). *Snowboarding od A do Z*. Praha, Český spisovatel.

Votruba, L. (2002). *Snowboarding*. Praha. Grada.

Mgr. Taťána Bank Navrátková
Garant kurzovní výuky

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