Sportovní kurz 2024

Datum: 4. – 7. 6. 2024

Místo: Horka nad Moravou

Sraz: 8:00 před školou + naložení zavazadel (p. Navrátil)

Odjezd: v úterý 8:30 od ZŠ Těšetice

Příjezd: v pátek okolo 14:00 k ZŠ Těšetice

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Cyklistická výbava**

* **kolo v dobrém technickém stavu**
* **cyklistická přilba**
* **náhradní duše**
* **zámek**
* cyklistické brýle
* cyklistické rukavice
* reflexní prvky

**S sebou na úterní cyklo výlet do malého batůžku:**

* svačina (stravování začínáme večeří)
* pití
* pláštěnka
* kapesné
* teplejší oblečení pro případ zhoršení počasí (mikina, bunda atd.)
* repelent, opalovací krém
* kartička pojištěnce
* občanka
* prohlášení o bezinfekčnosti

**S sebou na pobyt do jednoho většího zavazadla:**

* 2x sportovní boty (tenisky)
* přezůvky do chaty
* sportovní oblečení v dostatečném množství do různého počasí
* pohodlné oblečení na převlečení po sportovní aktivitě
* kšiltovka nebo jiná pokrývka hlavy
* plavky
* pyžamo
* ručník (i do aquaparku)
* osobní hygienické potřeby (hřeben, zubní hygiena, mýdlo, šampon…)
* opalovací krém
* psací potřeby
* baterka
* hry a aktivity pro volný čas

Neberte s sebou cennosti (šperky, elektroniku atd….)

# Program kurzu

## Úterý 4. 6.

sraz u školy

naložení zavazadel

8:30 celodenní výlet na kolech do Litovelského Pomoraví

16:00 – 17:00 příjezd na Loveckou chatu, ubytování, osobní volno

večeře

## Středa 5. 6.

snídaně

odpočinkové aktivity a hry v okolí chaty

oběd

14:00 odjezd na kolech do Lanového centra (program 15:00 – 18:00) a zpět

večeře

stezka odvahy

## Čtvrtek 6. 6.

snídaně + balíček na cestu

9:00 pěší trasou do Horky nad Moravou – Rafty

okolo 13:00 pěší trasa se zastávkou na Poděbradech zpět na Loveckou chatu

osobní volno, večeře – opékání buřtů

## Pátek 7. 6.

snídaně + balíček na cestu

zabalení věcí + úklid chaty

cyklo výlet směr Olomouc Aquapark

návrat do Těšetic ke škole okolo 13:00 – 14:00

Právo na změny vyhrazeno!

3. vyjížďka/ 1. den kurzu – v pátek 31. 5. 2024 – směr Čechy pod Kosířem, zde proběhne orientační běh a zpět

Pondělní přespání ve škole se ruší a učí se dle rozvrhu, program tak začíná úterkem. Důvodem je malá účast.