



## KURZ SPORTU A POBYTU V PŘÍRODĚ (OPBT4T023A)

**Vedoucí kurzu:** PhDr. Petra Fořterová, Ph.D.

**Dotazy a informace:** [petra.forterova@pedf.cuni.cz](mailto:petra.forterova@pedf.cuni.cz)

**Lokalita:** **Výcvikové středisko Horní Poříčí**

Horní Poříčí 59, okres Strakonice

<https://cuni.cz/UK-5195.html>

**Termín:** 10.–14. červen 2024

**Zahájení:** pondělí 10.6.2024 v 13:00 hodin

**Ukončení:** pátek 14.6.2024, v odpoledních hodinách

**Cena kurzu:** **3 064 Kč**

cena zahrnuje: ubytování v chatkách, stravování (plná penze), poplatek obci, pronájem sportovišť, lodí a pádel

cena nezahrnuje: dopravu

**Způsob úhrady:** číslo účtu: **85236011/0100**

variabilní symbol: **335 127 02**

zpráva pro příjemce: **příjmení a jméno studenta**

**Storno podmínky** pro pobyt ve výcvikových zařízeních UK (Opatření kvestora č. 1/2024):

30–15 dní před nástupem 30 % z celkové ceny objednávky

14 dní a méně 100 % z celkové ceny objednávky

Platbu provést nejpozději **do 30.4.2024**.

**V případě pozdní platby budou studenti z kurzu vyškrtnuti!** Důvodem tohoto opatření je nutnost zaplatit rezervační poplatky.

**Přihlašování:** formou elektronického formuláře – nejpozději **do 20.4.2024:**

<https://forms.gle/8MFM6N3VsiHt9Ko17>

Přihláška na kurz je **závazná**, neúčast ze závažných důvodů včas oznamte vedoucí kurzu (P. Fořterová: [petra.forterova@pedf.cuni.cz](mailto:petra.forterova@pedf.cuni.cz)), budou vyžadovány stornopoplatky!

**Do přihlášky je nutné uvést jméno a příjmení studenta a jméno majitele účtu, ze kterého byla částka hrazena, aby došlo ke spárování platby a přihlášky.** Mějte připravený doklad o zaplacení, který na vyžádání předložíte.

**Doprava:** individuální, možnost parkovat v omezeném množství před střediskem (domluvte se mezi sebou, ať nejede každý sám autem)

**Stravování:** plná penze – začíná první den večeří a končí poslední den obědem, čaj k jídlu, možnost zakoupit jiné nápoje

**Ubytování:** v 3-lůžkových chatkách vybavených povlečením a přímotopem (komu bývá zima, přibalte raději spacák), sprchy a WC společné

**Náplň kurzu:** cykloturistika, hry a cvičení v přírodě, základy orientace a orientační běh, základy kanoistiky na klidné vodě  
teoretické přednášky + samostudium a příprava na test

### Vybavení

- jízdní kolo (horské nebo trekové) s příslušným vybavením (náhradní duše, lepení, pumpička, základní pomůcky na opravu a údržbu kola), láhev, rukavice, helma, brýle, vhodné cyklistické oblečení do každého počasí, malý batůžek na výlet
- oblečení a vhodná obuv na sporty v přírodě (na umělý povrch, do lesa a do vody (pevné boty s plnou špičkou: neoprenové nebo staré tenisky, nevhodné jsou žabky, pantofle apod.), funkční oblečení, teplé oblečení, oblečení do deště – všeho dost pro případ nepříznivého počasí
- plavky, sluneční brýle, opalovací krém, pokrývka hlavy, **šátek na oči**
- čelovka
- věci osobní potřeby a hygieny
- osobní lékárnička (obinadlo, obvaz, dezinfekce, náplasti, nezbytné osobní léky), repelent
- psací potřeby, papíry
- průkaz pojištěnce, OP
- studijní literatura

Možnost přibalit hudební nástroj, hry, rakety a míčky (ve volném čase je možné si jít na hřiště zahrát – ale volného času příliš nebude ☺).

Zákaz dovozu a konzumace tvrdého alkoholu po celou dobu kurzu.

Pobyt a pohyb domácích zvířat, cizích osob a rodinných příslušníků v areálu není z bezpečnostních a organizačních důvodů dovolen.

**Požadavky:** aktivní účast na kurzu v plném rozsahu  
splnění praktických dovedností  
splnění písemného testu z teorie