



Sportovní - turistické soustředění 7. tříd

Horní Bečva 30.5.-3.6.2016

Chata Cherry- Horní Bečva



Chata Cherry- Horní Bečva



Chata Cherry- venkovní posezení



Horní Bečva- okolí chaty- přehrada



Horní Bečva- přehrada



Hotel Cherry- solná jeskyně a sauna



Chata Cherry- ubytování



Ubytování na pokojích s vlastním sociálním zařízením



Ubytování s Wifi



Ubytování na pokojích s TV



Ubytování pro učitele



Hotelový bar- pitný režim po celý den



Hotelová jídelna- plná penze+ 2x svačina



Cyklostezka- Horní Bečva.....Valašské Meziříčí



Celkem 160 km

Brusle a koloběžky- počet 13-15



Harmonogram soustředění- Pondělí

Odjezd z Jablunkova 8.00h

Příjezd na Horní Bečvu 10.30h

Ubytování na pokojích do 12.30

Oběd

Vycházka do okolí- aktivity v přírodě, seznamovací hry

Rozlosování sportovních turnajů v přehazované a nohejbalu.

Večerní aktivity jednotlivých skupin (diskotéka)

Harmonogram soustředění- Úterý

Budíček- 7.00h, rozcvička, osobní hygiena,

Dopolední aktivity- koloběžky, posilování s pí

Peráčkovou, Švihadlová princezna(princ) s pí Sagitariová

Oběd- 13.00h, odpolední klid 14.00h

Odpolední aktivity- stejná jako dopoledne (výměna
družstev)

exkurze do věže vodní elektrárny

Večeře- večerní program- turnaje, společenské hry

Harmonogram soustředění- Středa

Budíček- 7.00h, rozcvička, osobní hygiena,

Celodenní turistický výlet- trasu určíme podle fyzických
možností (zdatnější pokračují,
ostatní se vracejí)

Oběd s sebou

Hry v přírodě

Návrat 17.00h- osobní volno, koupání v bazénu

Večeře-

Večerní aktivity- osobní volno, turnaje, hry

Harmonogram soustředění- Čtvrtek

Budíček- 7.00h, rozcvička, osobní hygiena,

Dopolední aktivity- koloběžky, brusle, vycházka do okolí,
hry v lese

Oběd- 13.00h , odpolední klid 14.00h

Odpolední aktivity- Slalom na trávě, finálové boje v
nohejbalu a přehazované

Večeře- večerní program- stezka odvahy, maškarní ples,
diskotéka

Harmonogram soustředění- Pátek

Budíček- 7.30h, rozcvička, osobní hygiena,

Dopolední aktivity- úklid pokojů, vyhodnocení soutěž
koupání

Oběd- 11.30h

Odjezd do Jablunkova 12.00h

Předpokládaný příjezd do Jablunkova 14.30h

Koloběžky, brusle, koupání- podmínky

- Vlastní brusle- chrániče na ruce, kolena a vlastní přilba
- Koloběžky- zapůjčíme ze SRPŠ- každý musí mít přilbu
- Koupání- podle počasí, malý bazén před hotelem, velký bazén cca 500m od hotelu (nezapomeň plavky)

Vezmi s sebou

- Baterku (čelovku- pokud máš)
- Trojcípý šátek
- Batůžek na svačinu a pití
- Sportovní boty a obuv na turistiku
- Plavky a osušku
- Krátké i delší kalhoty
- Přilbu (brusle a chrániče)
- Seznam doporučeného oblečení + kapesné

Neber s sebou

- Mobil (můžeš ho ztratit)
- Špatnou náladu

Platba za kurz

1. Platba v dubnu- 1000 Kč
2. Platba v květnu- 1000 Kč (platí pro žáky, kteří nehradili lyžařský výcvik)

Ubytování- pondělí až pátek, plná penze + 2x svačina(ovoce), čaj ve
várnici po celý den- 1350,-Kč

Doprava autobusem- cca 200,- Kč

Solná jeskyně- 45,-Kč a další

Přeplatek bude po vyúčtování kurzu vrácen dětem!

SRPŠ dětem přispěje na dopravu

Pedagogický dozor

Vedoucí kurzu: Mgr. René Pilch

Pedagogický dozor a sportovní instruktoři:

Mgr. Karin Walachová

Mgr. Jana Sagitariová

Mgr. Veronika Peráčková

Zdravotník: Andrea Franková

Pro nezúčastněné

Ten, kdo se kurzu nezúčastní, bude po tuto dobu přiřazen do jedné z tříd 8. ročníků a bude navštěvovat školu dle rozvrhu. Omluvenky ze zdravotních důvodů budou muset být potvrzeny lékařem.