

Instrukce k odborné praxi - zátěžovému kurzu 3. A

Odjezd: 27. května 2019 v 8:00 hod od školy

Návrat: 31. května 2019 do 15:00 hod ke škole

Cena: 2.500,-Kč zaplacená do 30.4.2019

První strava: oběd 27.5.

Výstroj a vybavení: kolo (v dobrém technickém stavu!!!), spacák, karimatka, oděv do přírody (maskáčové blůzy zapůjčíme ze sebeobraný), vhodná obuv do terénu (pochody v obtížnějším terénu), náhradní obuv, teplejší oblečení (pro případ ochlazení nebo nočních aktivit), pláštěnka (vhodný oděv do deště), plavky, svítilna s náhradními zdroji, ešus pro konzumaci stravy v přírodě (nebo něco co jej nahradí), láhev na pití, kapesní nůž, lžice, velký + menší batoh, telefon + nabíječka (powerbanka), léky

Dokumentace: průkaz totožnosti, průkaz pojištění, potvrzení o bezinfekčnosti, telefonní kontakt (svůj a rodiče), **zdravotní omezení vyspecifikované rodičem nebo lékařem**, seznam užívaných léků

Náplň kurzu: orientace v terénu, topografie, překonávání vodních ploch, cykloturistika, lezení a slaňování, paintball, střelba z ručních zbraní, překonávání překážek, noční aktivity, základy přežití v přírodě, GPS navigace, příprava stravy v přírodě, nízké lanové aktivity, speleologie, potápění

Případné dotazy Ing. Mgr. Petr Koláček, tel.: 774 259 650

Instrukce k odborné praxi - zátěžovému kurzu 3. B

Odjezd: 3. června 2019 v 8:00 hod od školy

Návrat: 7. června 2019 do 15:00 hod ke škole

Cena: 2.500,-Kč zaplacená do 30.4.2019

První strava: oběd 3.6.

Výstroj a vybavení: kolo (v dobrém technickém stavu!!!), spacák, karimatka, oděv do přírody (maskáčové blůzy zapůjčíme ze sebeobraný), vhodná obuv do terénu (pochody v obtížnějším terénu), náhradní obuv, teplejší oblečení (pro případ ochlazení nebo nočních aktivit), pláštěnka (vhodný oděv do deště), plavky, svítilna s náhradními zdroji, ešus pro konzumaci stravy v přírodě (nebo něco co jej nahradí), láhev na pití, kapesní nůž, lžice, velký + menší batoh, telefon + nabíječka (powerbanka), léky

Dokumentace: průkaz totožnosti, průkaz pojištění, potvrzení o bezinfekčnosti, telefonní kontakt (svůj a rodiče), **zdravotní omezení vyspecifikované rodičem nebo lékařem**, seznam užívaných léků

Náplň kurzu: orientace v terénu, topografie, překonávání vodních ploch, cykloturistika, lezení a slaňování, paintball, střelba z ručních zbraní, překonávání překážek, noční aktivity, základy přežití v přírodě, GPS navigace, příprava stravy v přírodě, nízké lanové aktivity, speleologie, potápění

Případné dotazy Ing. Mgr. Petr Koláček, tel.: 774 259 650