

CTK r.a.Poslův Mlýn skupina V6.A a C2.A

Termín:	5. 9. – 9. 9. 2022
Odjezd:	pondělí 9. 00 h od školy – příjezd tamtéž v pátek kolem 12.00 h
Sraz:	8.40 h ! (nakládání kol, zavazadel, pomůcek z kabinetu TV)
Místo:	Rekreační areál Poslův Mlýn (Doksy) - www.poslulumlyn.cz
Účastníci:	<u>studenti tříd V6.A a C2.A</u> vedoucí kurzu: Plachý Josef
Doprava:	osoby – CK Dezka, kola – KIMATransport
Ubytování:	ubytování na pokojích v budově areálu
Stravování:	plná penze - začínáme obědem, úprava stravy – možná (p. Plachý)
Sport. možnosti:	fotbalové a volejbalové hřiště, koše na basketbal, pingpongové stoly vnitřní i vnější
Ostatní možnosti:	otevřené ohniště, opékání, hudba, zpěv, společné posezení
Obsah STK:	náplní bude převážně cykloturistika, sportovní a zábavné soutěže, závod v duatlonu. Obsah kurzu doplní teoretická a praktická témata k dané formě turistiky, doporučená výstroj, péče o výzbroj, základy a zásady 1. pomoci, aplikace ekologických pravidel pro pobyt v přírodě, orientace v terénu, topografické znalosti aj, Kulturně poznávací činností je návštěva Doks, hradu Bezděz, ev.Houska. Studenti budou dle výkonnosti rozděleni do 4 družstev, v kterých bude konkrétní denní program organizován jednotlivými vedoucími družstev.
Kapesné:	výše kapesného dle uvážení rodičů, počítejte se vstupem na hrad, drobné občerstvení na cestách, příp. nápoje aj. v restauraci
Finanční zajištění:	náklady 3.000,- Kč/os. - ubytování + plná penze, doprava včetně kol

Dotazy a info – p. Plachý jplachy@gymnaziumdc.cz mobil – 604569053

Finanční zajištění: 3 000,- Kč do 22. 7. 2022 – e-peněženka

Doporučený seznam věcí

Kolo	horské, trekkingové, helma povinná , rukavice, brýle, náradí, pumpička, náhradní duše-shodný ventil s ráfkem kola , lepení. Doporučujeme igelitovou plachtu, případně jinou ochranu pro přepravu kola
Oblečení	cyklooblečení i pro variantu chladnějšího počasí, šustřáková bunda sportovní oblečení – tepláková souprava, triko dlouhé, krátké, teplé ponožky, oblečení na spaní, teplejší vrstva oděvu - chladnější rána a večery, spodní prádlo, pláštěnka, plavky
Toal. potřeby	věci osobní hygieny, ručník, krém na opalování
Ostatní	léky (pokud trvale užíváte), baterka, šití, kapesníky, psací potřeby, batůžek na kolo, příp. cyklobrašna, hudební nástroj (kytara, flétna), průkaz pojištěnce a osobní doklady, kapesné, svačinka – začíná se obědem v pondělí, končí snídání v pátek U busu předat podepsané formuláře – řád kurzu + bezinfekčnost, možnost vytisknout z webstránky školy