**Kurz metodiky inline bruslení**

**Určeno pro studenty Učitelství pro 1.stupeň ZŠ a zájemce z jiných oborů**

**Termín:** 22.6. – 24.6. 2024

**Zahájení kurzu:** 22.6. v 9:00 v tělocvičně PedF UK v Brandýse nad Labem

**Ukončení kurzu:** 24.6. v 14:00 na Ladronce

**Místo konání:** tělocvična PedF UK Brandýs (22. a 23.6.), Ladronka (24.6.)

**Obsah:** základní bruslení, jízda na rychlost a vytrvalost, hry na bruslích, bruslařská vyjížďka v parku Ladronka

**Doprava na kurz:** individuální

**Náklady:** jízdné a místní přepravné

**Vybavení:** in line brusle, hokejka, chrániče kolen, chrániče loktů, chrániče zápěstí, přilba (může být i lyžařská či cyklistická), oblečení vhodné na in line bruslení a hry na bruslích, osobní lékárnička (užívané léky, běžné léky na kašel a rýmu, obinadlo, náplasti, masážní prostředky, prostředky proti svalové únavě), osobní doklady, karta zdravotní pojišťovny.

**Stravování:** individuální

**Poznámka:** denně jsme na bruslích 6 hodin, proto počítejte s vyšší zátěží, v době mezi výukou podle potřeby proběhnou přednášky. Bližší informace podá dr. Pokorný, mobil: 602860036.

V Brandýse nad Labem 19.3.202 PaedDr. Ladislav Pokorný, vedoucí kurzu