



KURZ SPORTU A POBYTU V PŘÍRODĚ (OPBT4T023A)

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

Dotazy a informace: petra.forterova@pedf.cuni.cz

Lokalita: **Výcvikové středisko Horní Poříčí**

Horní Poříčí 59, okres Strakonice

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

Termín: 9.–13. červen 2025

Zahájení: pondělí 9.6.2025 v 13:00 hodin

Ukončení: pátek 13.6.2025, v odpoledních hodinách

Cena kurzu: **3 064 Kč**

cena zahrnuje: ubytování v chatkách, stravování (plná penze), místní poplatek městskému úřadu za rekreační pobyt, pronájem sportovišť, lodí a pádel

cena nezahrnuje: dopravu

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

variabilní symbol: **335 127 09**

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 30.4.2025**.

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

Přihlašování: formou elektronického formuláře – nejpozději **do 22.4.2025**:

<https://docs.google.com/forms/d/1znSA0NG-i3bhso-4cgTRZTO2TpJJ18NEVf5DwdhpWQ0/edit>

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

Do přihlášky je nutné uvést příjmení a jméno 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, pití k jídlu, možnost zakoupit jiné nápoje na místě

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
samostudium a příprava na teoretický test

Vybavení

- jízdní kolo (horské, trekové, popř. gravel) 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, crocsy 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 (netoleruje se pozdější příjezd ani dřívější odjezd z kurzu, ani odjezd v průběhu kurzu)
splnění praktických dovedností (kanoistika – vybrané dovednosti na kanoi, cykloturistika – příprava a vedení celodenního výletu, orientační běh – absolvování veřejného závodu v OB po skončení kurzu)
splnění písemného testu z teorie