

Seznam věcí na vodácký kurz:**věci obvyklé na běžný školní výlet**

ponožky
spodní prádlo
kraťasy
dlouhé kalhoty
trika
mikina
větrovka
vhodná obuv (pevná, sportovní)
hygienické potřeby
2 ručníky (jeden v lodi + jeden v chatce)
kartička zdravotní pojišťovny
léky (užívá-li nějaké pravidelně)
kapesné

**věci navíc nad rámec potřeb na běžný školní výlet :**

pokrývka hlavy (kšiltovka, klobouk, šátek)

sluneční brýle

opalovací krém

boty do vody (nejideálnější jsou starší tenisky/botasky, které se mohou promočit či neoprenové boty, pozor na boty s měkkou podrážkou – jsou v nich cítit ostré kameny, sandály zase nechrání prsty před nárazy o kameny,

nesmí být jen nazouvací, které neudrží pevně na noze např. „kroksy“)

plavky, kraťasy, triko (do teplého počasí)

sportovní kalhoty, triko (vhodné je funkční prádlo např. Moira), mikina, nepromokavá bunda, pláštěnka (do chladného, deštivého počasí)

repelent

láhev na pití do lodi

malý batůžek či taška, které se dají srolovat, na transport věcí nezbytných do lodi (v lodi jsou věci uschované v plastovém sudu)

igelitové tašky (na mokré věci)

Vše sbalené v batohu (kletr, krosna), **kemp Cíl** je cca 15 min chůze terénem od zastávky **Samopše**

Program:

čtvrtek - příjezd, ubytování, seznámení s okolím, teoretický a PRAKTICKÝ VODÁCKÝ VÝCVIK (vedený vodáckými instruktory) na suchu a na vodě, při kterém si žáci osvojí zásady bezpečného splouvání řeky a získají schopnost nastupovat a vystupovat z lodi, pádlovat, ovládat loď, odrážet od břehu, přistávat, manévrovat mezi překážkami (kameny nad vodou i pod vodou) atd.

pátek - snídaně, odjezd vlakem s nezbytnými věcmi (v malých batůžcích/ taškách) do Českého Šternberka a odtud po vodě celodenní jízdou se zastávkami zpět do kempu, oběd ve formě balíčku cestou

sobota - po snídani celodenní jízda lodí z kempu po proudu ☺ až do zvoleného místa podle tempa, počasí, sil atd. (většinou Stříbrná Skalice, Na Marjance) a odtud pak vlakem zpět do kempu na večeri.

neděle - po snídani a balení podle sil, nálady a počasí hry, koupání a relax v kempu či vycházka nalehko do okolí, pak oběd a po „poledním klidu“ zpět vlakem do Jihlavy

