



# SPORTOVNÍ GYMNÁZIUM

DANY A EMILA ZÁTOPKOVÝCH, OSTRAVA,  
PŘÍSPĚVKOVÁ ORGANIZACE

Volgogradská 2631/6, 700 30 Ostrava-Zábřeh

## Informace k všesportovnímu kurzu

**Typ akce:** letní kurz pro studenty 1. až 4. ročníků SŠ

**Termín:** 17. až 22. září 2023

**Místo:** Račí údolí (Rychlebské hory), řeka Morava (kemp Mohelnice)

**Program:** vodní sporty: stojatá i tekoucí voda (kanoé, raft, paddleboard), koupání; skalní lezení: výcvik lezení na skalním masivu Trojak v Polsku; cykloturistika a turistika: poznávání okolí; sportovní hry a pohybové aktivity: nabídka – discgolf, softbal, lakros, volejbal, fotbal, lukostřelba, ringo, frisbee, orientace v přírodě a mnoho dalších...; kultura: zpěv a hra na hudební nástroje u táborových ohňů, poznávání historie kraje (nabídka: zříceniny hradu, ruiny bývalých osídlení, návštěva zámku Jánský Vrch...).

**Ubytování:** chatky nebo větší sruby

**Strava:** plná penze (snídaně, obědy, večeře, balíček v případě aktivit mimo kemp)

**Doprava:** kombinovaná (vlak a jízdní kolo)

**Cena:** plná penze: 2200 Kč; ubytování: 1150 Kč;  
doprava (vlak, bus): cca 400 Kč; cyklovlek (pronájem): cca 420 Kč;  
lodě (zapůjčení): cca 760 Kč; dodávka (převoz materiálu): cca 760 Kč;  
pojištění: cca 250 Kč;  
vstupné (zámek a jiné): cca 160 Kč;  
odhadovaná cena celkem cca **6 100 Kč**.

**Platba:** každý student po odevzdání přihlášky dostane variabilní symbol, pod kterým uhradí na účet školy zálohu nebo rovnou celkovou částku (kurzovné). Jakýkoli přeplatek za kurz bude vrácen zpět na číslo účtu, ze kterého bylo kurzovné uhrazeno!

**Vybavení:** vlastní kolo (horské, trekové, krosové), cyklistická přilba, sportovní oblečení a obuv, přezůvky, spací pytel, plavky, ručník, boty do vody, čelovka, termoska, náhradní cyklistická duše a sada lepení na kolo. Seznam doporučeného vybavení bude upřesněn v → Instrukcích účastníka kurzu.

**Přihlášky:** lze vyzvednout na nástěnce ve škole nebo stáhnout z webu školy v sekci [Studium/Výcvikové kurzy](#), případně vyzvednout u vedoucího kurzu Mgr. Bohumila Formánka (kabinet č. 26).

**Záloha:** studenti, kteří se přihlásí na Všesportovní kurz, uhradí **do 14. června 2023 zálohu ve výši 1000 Kč**.