

PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR 2018		Číslo turnusu:	13
Název tábora:	Co není v hlavě, musí být v nohách :-)		
Termín:	23. - 27. 7. 2018	Zaměření tábora:	Cyklistika
Hlavní vedoucí:	Lucie Šnaurová	Telefon hlavní vedoucí:	775 598 663
E- mail hl. vedoucí:	lsnaurova@svcoo.cz	Instruktor:	Kateřina Sosnová
Oddílová/ý vedoucí:	Lukáš Plonka	Instruktor:	
Oddílová/ý vedoucí:	Bc. Jana Sosnová		
<p>Dítě/žák si sebou denně nosí: průkazku zdravotní pojišťovny, batůžek na záda, celodenní stravu a pitný režim, přezůvky do SVČ, dle programu tábora a počasí vhodné sportovní oblečení a obuv, popř. pláštěnku. Ostatní potřeby jsou uvedeny u jednotlivých dnů programu.</p>			
den/ čas	RÁMCOVÝ PROGRAM		
Zahájení:	Poučení žáků o vnitřním řádu SVČ, bezpečnosti, požární ochraně a rizicích.	dítě/žák si přinese s sebou	
pondělí 8.00 -16.00	Seznamovací hry, pravidla silničního provozu. Prověření základních dovedností při jízdě na kole, nácvik jízdy na skupině. Cyklovýlet Ostrava - Landek 6 km	Cyklo přilbu, rukavice, brýle, náhradní duši, zámek na kolo	
úterý 8.00 -16.00	Cyklovýlet za mokrou nohou Ostrava - Bohumín AQUAPARK cca 35 km	Cyklo přilbu, rukavice, brýle, náhradní duši, zámek na kolo, plavky, ručník.	
středa 8.00 -16.00	Cyklovýlet Vratimov (kupání) Ostrava - Vratimov cca 20 km	Cyklo přilbu, rukavice, brýle, náhradní duši, zámek na kolo, plavky, ručník.	
čtvrtek 8.00 -16.00	Cyklovýlet za mokrou nohou Ostrava - Bohumín Jezero Kališok cca 35 km	Cyklo přilbu, rukavice, brýle, náhradní duši, zámek na kolo, plavky, ručník.	
pátek 8.00 -16.00	Cyklovýlet do Hlučína Ostrava - Hlučínská Štěrkovna cca 40 km Závěrečné vyhodnocení, účastnický list, odměny.	Cyklo přilbu, rukavice, brýle, náhradní duši, zámek na kolo, plavky, ručník.	
<p>Poznámky, upřesnění: Kolo musí být odborně seřízeno a s povinným vybavením! (s sebou lepení a náhradní duše)</p>			