



Bezpečnost

Studenti si před odjezdem na kurz prostudují pokyny k bezpečnosti zveřejněných ve Studijních materiálech na [ISu](#) (uveřejnění do konce dubna 2010). Při příjezdu do místa konání kurzu, před zahájením programu kurzu musejí všichni studenti podepsat poučení o bezpečnosti. Všichni studenti cizích státních příslušností musejí být připojištěni pro pobyt a provozování rizikových sportů v ČR. Samozřejmostí je občanský průkaz a průkaz pojištěnce vždy při ruce i během cesty.

Studenti, kteří nebudou mít podepsanou bezpečnost, se nemohou kurzu zúčastnit.

Přihlašování

Studenti oborů MAN, MCR se v uvedeném časovém rozmezí (2. – 10.4.) přihlašují na kurz do libovolných termínů na [ISu](#) v sekci „**výcvikové kurzy KAPSP**“. Vzhledem ke specifikaci programu budou studenti některých oborů zařazeni dle dispozic vyučujících na konkrétní termíny. Výměna studentů probíhá pouze kus za kus.

Místo

LVK se koná v termínech zveřejněných na [ISu](#). Místem pobytu je „[grunt VHS](#)“ v obci [Blatiny](#) v centrální části Českomoravské vrchoviny asi 20km severně od [Nového města na Moravě](#) a asi 90 km SZ z Brna.

Doprava

Doprava na kurz je individuální. Kurz začíná přímo v místě pobytu. Sraz účastníků v 10:00, ubytování v 11:00. Začátek programu (odjezd na cykloturistický výlet v 12:00). V případě, že studenti nepřijedou včas a nezúčastní se výletu, budou si muset tento den nahradit v nejbližším možném termínu, tj. jaro 2011

Zázemí

Grunt [VHS](#) je situován do blízkosti [Milovského rybníka](#), v obci Blatiny. Poplatky za ubytování cca 120,- Kč/osoba/noc. Na gruntu je vybavená kuchyně, sociální zařízení, úschovna kol. Studenti jsou ubytováni na hromadném pokoji, postele jsou bez lůžkovin (= vlastní spací pytel s sebou). V okolí jsou k dispozici restaurace s poledním MENU. Obchod s potravinami je v 5km vzdálené obci Sněžné.

Výstroj a výzbroj

Každý student bude mít s sebou:

- seřízené funkční horské kolo – MTB (ne trekové, crossové nebo silniční – student bude vyloučen z kurzu) s průměrem kola 26" a šířkou pneumatiky 1.9 – 2.1,
- **cyklistickou přilbu** schválenou normou EU/ČSN 1078 ne více jak 8 let starou,
- **cyklistické rukavice a brýle, kvalitní duše a pláště.**
- příslušenství ke kolu na opravy: **nýtovač řetězu** (stačí do pětice), náhradní dráty a centrovaní klíč, imbusové klíče a nářadí, **náhradní duše**, pláště, zámek na kolo, **montpáky a sady lepení duše, pumpičku na odpovídající typ ventilku**, náhradní lanka apod.
- prostředky na čištění kola: smetáček, **hadr**, pračku na řetěz, kartáčky, **čisticí prostředky, olej** na mazání řetězu, apod.

Tučně označené výše uvedené vybavení bude kontrolováno před odjezdem na kurz, bez nich se student nebude moci kurzu zúčastnit.

- kvalitní **dvouplášťový stan** pro 1,2,3-4 osoby; popř. Žďárák
- kvalitní a neopotřebovaný **spací pytel** s komfortem do max. -5 °C, **karimatka**
- **dostatek** (i teplého) **oblečení** na outdoorové aktivity – cykloturistika, lezení (pokud máte vlastní úvazek, lezečky), pěší a cykloturistika (pláštěnka, Gore-Tex), OB, triatlon, MTBO, apod.
- Prostředky na případnou přípravu jídla, traťovky, bidon na vodu, dostatek finančních prostředků, kapesní nůž.
- Každý ze studentů bude mít s sebou **uzlovací šňůru** o průměru min. 6mm., pružné obinadlo 2ks, léky dle vlastní potřeby.
- turistickou mapu KČT „Žďárské vrchy“ do dvojice
- Všichni studenti se podílejí na úhradě opotřebení materiálu FSpS částkou, která bude upřesněna dle počtu studentů na kurzu a pohybuje se okolo 80,- Kč/os.

Rámcový program kurzu MAN, MCR

- 1. den – 12:00 - 17:00 cykloturistický výlet
- 2. – 5. den – aktivity potřebné pro získání zápočtu: triatlon, OB, MTBO, lezení, nízké a vysoké lanové překážky, cykloturistika, pěší turistika, přenocování ve stanu, bivač
- 6. den – teoretický test, úklid, odjezd v odpoledních hodinách cca v 15:00

Není možný pozdní ani individuální příjezd na kurz, stejně jako předčasné ukončení kurzu a individuální návrat, odjezdy z místa konání kurzu.

Jsou zakázány jakékoli návštěvy v místě pobytu (bez požádání vedoucího kurzu)

Požadavky k zápočtu

- absolvování všech aktivit a závodů

- aktivní účast na teoretické i praktické výuce v plném rozsahu kurzu
- splnění (75%) teoretického testu

Pro zdárné absolvování kurzu

- dostatek fyzických schopností, především vytrvalost a síla pro turistické přesuny, viz tréninkový program na [webu KAPSP](#) nebo odborné literatuře – viz. IS
- kvalitní psychickou přípravu a odpovídající materiál pro pobyt v přírodě a extrémní podmínky, viz: <http://www.youtube.com/watch?v=TJJEWpGpbA>
- dobrý kolektiv, který Vás podpoří, když jste na dně ☺

Studijní materiál a literatura

viz Studijní materiály na IS

- ONDRÁČEK, J., Cykloturistika, MU Brno 20082007. 123 s. ISBN 978-80-210-4443-2
- [sledujte výukové materiály ke kurzu na el – portále ISu !!!](#)

Kontaktní osoba

Sylva Hřebíčková, Oddělení sportů v přírodě a turistiky KAPSP FSpS MU.

e-mail: hrebickova@fspd.muni.cz.

tel: +420 549 493 936, mob: +420 777 079 582 (prosím, pouze ve výjimečných případech)