



Bezpečnost

Studenti si před odjezdem na kurz prostudují pokyny k bezpečnosti zveřejněných ve Studijních materiálech na [ISu](#) nebo [webových stránkách KAPSP](#). Před odjezdem na kurz 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 pojištění vždy při ruce i během cesty.

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

Přihlašování

Studenti oborů ASAK, TVS se v uvedeném časovém rozmezí (2. – 30.4.) přihlašují na kurz do libovolných termínů na [ISu](#) v sekci „**výcvikové kurzy KAPSP**“. Výměna studentů probíhá pouze kus za kus.

Místo

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

Doprava

Kurz začíná hromadným odjezdem pod vedením na kolech v 7:30 z parkoviště u [Campusu](#). Zavazadla odveze do místa pobytu nákladní automobil. S celou skupinou pojedou doprovodný vůz, kde si studenti mohou nechat příruční zavazadlo. Poplatek za dopravu zavazadel 120,- Kč bude vybrán vedením kurzu v jeho průběhu. Každý student bude mít s sebou k dispozici mobilní telefon (s nabitou baterií).

Zázemí

Kemp je situován do blízkosti [Milovského rybníka](#), poplatky za camp jsou cca 120,- Kč/osoba/noc. V kempu je bufet s čerstvým pečivem, v blízkosti hotel s bazénkem a saunou, do 5-ti minut chůze jsou k dispozici restaurace s poledním MENU. Obchod s potravinami je ve 2-5km vzdálených [obcích](#).

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 pěťice), 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, **čistící 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, může být pro více osob jeden, kvalitní spací pytel – komfort pod 0°C. Dostatek i teplého oblečení na outdoorové aktivity – cykloturistika, lezení (pokud máte vlastní úvazek, lezečky), turistika, OB, triatlon, MTBO, apod.
- ▶ Prostředky na případnou přípravu jídla, traťovky, bidon na vodu, dostatek finančních prostředků.
- ▶ Každý ze studentů bude mít s sebou **uzlovací šňůru** o průměru min. 6mm., pružné obinadlo 2ks, léky dle vlastní potřeby.
- ▶ Všichni studenti se podílejí na úhradě dopravy materiálu a zavazadel prostřednictvím dopravce, stejně jako přispívají na opotřebení zapůjčeného materiálu částkou, která bude upřesněna dle počtu studentů na kurzu a pohybuje se okolo 200,- Kč/os. (celkem, viz i výše)

Rámcový program kurzu

- ▶ 1. den – cesta BRNO – MILOVY na kole, příjezd do kempu cca 17:00,
- ▶ 2. – 5. den – aktivity potřebné pro získání zápočtu: triatlon, OB, MTBO, lezení, nízké a vysoké lanové překážky, cykloturistika, turistika,
- ▶ 6. den – cesta MILOVY – BRNO, hromadně na kole, příjezd do Brna dle fyzických možností studentů cca 15:00 hod.

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

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

Požadavky k zápočtu

- ▶ absolvování cesty tam i zpět,
- ▶ absolvování všech aktivit a závodů (2 ze 3 vybraných v daném časovém limitu)

- ▶ aktivní účast na teoretické i praktické výuce v plném rozsahu kurzu

Pro zdárné absolvování kurzu

- ▶ dostatek fyzických schopností, především vytrvalost a síla pro cykloturistické přesuny na kole, 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=TJEWpGpbA>
- ▶ 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@fsps.muni.cz. http: <http://www.fsps.muni.cz/~kse>

tel: +420 549 493 936