***Informace o sportovním kurzu – Jizerky***

Cykloturistický kurz se koná v Orlických horách od 6. 6. 2022 do 10. 6. 2022. Odjezd v 8:15 od školy (sraz v 8:00), návrat 10. 6. mezi 12. a 15. hodinou. Účastnický poplatek zahrnuje dopravu zavazadel, nocleh a plnou penzi.

S sebou doporučujeme:

* **Na kolo**: jídlo a pití na kolo, sadu na lepení duší, náhradní duši, pumpičku, nářadí na opravu kola, peníze dle uvážení, náplast, obvaz, obinadlo, pláštěnku, **cyklistickou přilbu,** brýle
* **věci na turistiku:** kvalitní obuv, **obinadlo**, popř. ortézu na zpevnění kloubů, batůžek, lahev na vodu, pokrývku hlavy...
* **hygienické potřeby**, osobní léky, náplasti, kartička ZP, OP, opalovací krém, sluneční brýle, baterku, aj.

**Všichni studenti před odjezdem odevzdají podepsaná potvrzení o bezinfekčnosti.**

Cykloturistický kurz je **školní akce** a student je povinen se řídit pokyny učitelů a školním řádem. **Platí přísný zákaz** kouření, pití alkoholu, užívání drog a opouštění vymezených prostor!!!

Kolo je nutné mít ve výborném technickém stavu!