

## Vodácký kurz pro studenty KTVS PdF UHK v rámci povinného předmětu Sport a pobyt v přírodě – voda.

**Klient:** KTVS PdF UHK

**Počet osob:** 30

**Termín:** 21. - 25. 5. 2018

### Program:

#### **Koncepce vodáckého programu v rámci pětidenního kurzu pro studenty KTVS PdF UHK**

Hlavní část vodáckého programu bude zaměřena na výcvik jízdy na plastové kánoji typu vydra, který proběhne při třídenním splouvání řeky Vltavy. Tento program bude doplněn základním výcvikem na kajaku, raftu, stanovištěm záchrana a sebezáchrana na vodě, které se uskuteční třetí den na cvičných místech v okolí kempu Vltavan v Českém Krumlově. Zde je možnost upravit vodácký program dle Vašich představ. Můžeme nabídnout další stanoviště, jako řešení krizových situací na vodě, nácvik jízdy na kánoji v proudech, noční průjezd historickým centrem Českého Krumlova, případně teoretické přednášky na téma: hydrologie, klasifikace vodních toků, kilometrůž řek, výstroj a výzbroj, záchranné pomůcky na vodě, právní předpisy a organizace kurzu vodní turistiky. Poslední den na umělé slalomové dráze v Českém Vrbném se zaměříme na jízdu na nafukovací kánoji a raftu, případně opět na záchranu a sebezáchranu na divoké vodě.

#### **21. 5. 2018**

- ranní odjezd z Hradce Králové, příjezd do Vyššího Brodu, oběd
- fasování vodáckého materiálu (plastové kánoe, vesty, pádla, vodotěsné sudy)
- odpolední základní výcvik a metodika jízdy na kánoji na klidné vodě
- splutí úseku Vyšší Brod – Rožmberk (10,5 Km)
- nocleh ve vlastních stanech v kempu (<http://www.ingetour.cz/kempy/rozmbek>)

#### **VODÁCKÝ PROGRAM:**

##### **Základní výcvik a metodika jízdy na kánoji na klidné vodě**

Popis pádla a lodě, vysvětlení pozic háček, zadák, sezení a nastupování

Záběry (ukázka na suchu) jízda vpřed a vzad (hnací záběry + řídicí, otáčení lodě na místě (otáčecí záběry)

Bezpečnost, Krizové situace (převrnutí lodě, sebezáchrana, vylévání lodě, překážky na vodě (větve, kameny, umělé překážky)

Základní výcvik na vodě: ukázka správného nastoupení do lodě, jízda vpřed, řídicí záběr zadáka, otáčení lodě na místě, přechod z jízdy vpřed do jízdy vzad, správné přistání ke břehu a vystoupení z lodě

Organizace plavby (vedoucí a závěrečná loď, rozestupy, úvod do problematiky sjíždění jezů)

## **22. 5. 2018**

- plavba v úseku Rožmberk – Branná, kemp u Fíka (10 km, 2-2,5 hod.)

- oběd

- plavba v úseku Branná - Český Krumlov (12, Km, 2,5-3h )

- nocleh ve vlastních stanech v kempu Vltavan (<http://www.ingetour.cz/kempy/cesky-krumlov-vltavan>)

### **VODÁCKÝ PROGRAM:**

#### **Hry na vodě**

- pro zpestření výuky

- pro zvýšení stability lodě

- seznámení s náklony

## **23. 5. 2018**

- skupina bude rozdělena na třetiny po 10 osobách, každá skupina bude absolvovat 3 stanoviště po cca 1,5 hodině

- tyto stanoviště jsou v okolí kempu Vltavan v Českém Krumlově

- oběd v prostorách restaurace kempu Vltavan

- nocleh opět v kempu Vltavan (<http://www.ingetour.cz/kempy/cesky-krumlov-vltavan>)

### **VODÁCKÝ PROGRAM:**

1) základní výcvik na kajaku na klidné vodě (jízda vpřed a vzad, otáčení lodě na místě, náklony, otáčení lodě za jízdy, závěsy)

2) základní výcvik na kánoích v proudící vodě (traverzy, nájezdu z proudu do tišiny a z tišiny do proudu)

3) záchrana a sebezáchrana na vodě (seznámení se s házecím pytlíkem, pasivní a aktivní plavání, proplutí jezu – záchrana pomocí házecího pytlíku)

Na závěr dne noční splutí Krumlovských jezů na raftu, pěší individuální návrat do kempu

Možnost úpravy vodáckého programu, případně teoretické přednášky na téma: hydrologie, klasifikace vodních toků, kilometrůž řek, výstroj a výzbroj, záchranné pomůcky na vodě, právní předpisy a organizace kurzu vodní turistiky.

## **24. 5. 2018**

- splutí úseku Český Krumlov – občerstvení U Milana (6 km, 2,5 h) včetně průjezdu 4 Krumlovských jezů

- oběd v občerstvení U Milana
- plavba do Zlaté Koruny (11 km, 2 h), vrácení vodáckého materiálu
- nocleh v kempu Koruna (<http://www.kempkoruna.cz/pages/cz/uvod.php>)

### **VODÁCKÝ PROGRAM:**

- problematika sjíždění jezů
  - organizace skupiny, včasné zastavení,
  - zhodnocení jezu (nájezd, způsob průjezdu: na singla, ve dvojici)
  - instrukce studentům před sjížděním
  - rozdělení rolí instruktorů, dopomoc
- nácvik jízdy na kánoji v proudící vodě ((traverzy, nájezdu z proudu do tišiny a z tišiny do proudu)

### **25. 5. 2018**

- sbalení stanů, ranní přesun autobusem do Českého Vrbného na umělou slalomovou dráhu
- 2hodinový dopolední program na vodě
- oběd v restauraci v areálu vodáckého kanálu
- 2hodinový odpolední program
- odjezd autobusem do Hradce Králové

### **VODÁCKÝ PROGRAM:**

- skupinu 30 osob opět rozdělíme na třetiny po 10 osobách, aby byla zajištěna efektivita výuky. Opět budou připravena 3 vodácká stanoviště, která se prostřídají.
  - jízda na nafukovacích kánoích baraka (traverzy, nájezdy z proudu do tišiny a z tišiny do proudu, průjezd kanálem)
  - jízda na raftech (základní zaškolení, úkolové jízdy, průjezd kanálem)
  - záchrana a sebezáchrana na divoké vodě (proplavání kanálem, pasivní plavání a aktivní plavání, záchrana s uvázaným zachráncem)

**Cena pro 30 osob: 116 000 ,- Kč** (nejsme plátcí DPH)

### **Cena zahrnuje:**

- vodácký materiál (kánoe, kajaky, rafty, nafukovací kánoe, pádla, vesty, sudy, helmy)
- vodácký program
- 3x kvalifikovaného instruktora vodní turistiky (vodácký lektor, cvičitel vodní turistiky)
- převoz zavazadel podél vody

- vodácký program a poplatek za umělou slalomovou dráhu + půjčení nafukovacích kánoí, raftů
- ubytování (4x nocleh ve vlastních stanech)
- transport osob autobusem:
  - z Hradce Králové do Vyššího Brodu
  - ze Zlaté Koruny do Českého Vrbného (umělá slalomová dráha)
  - z Českého Vrbného do Hradce Králové
- pojištění odpovědnosti

**Cena nezahrnuje:**

- stravování, možnost zajištění polopenze
- zapůjčení neoprenů na kanále v Českém Vrbném

**Zpracoval:**

**Inge-Outdoor**

██████████

Tel: ██████████

████████████████████

[www.inge-outdoor.cz](http://www.inge-outdoor.cz)