

Program Teória a didaktika športov v prírode 3 a Vysokohorská turistika pre AR 2024/2025

2.9.2024 Pondelok:

- 12:00 – 13:30 Príchod, ubytovanie a poučenie o bezpečnosti
14:00 – 18:00 Túra: **Štrbské pleso – Popradské pleso /návšteva symbolického cintorína**
Prevýšenie: 325m ↑↓
Celková dĺžka: 10 km
Čas túry: 3 hod.
Celkový čas: 4 hod.
18:00 – 19:00 Večera – vlastné stravovanie
19:00 – 19:45 Prednáška 1(45 min.) - organizovanie a plánovanie túry, výstroj a oblečenie
20:00 – 20:45 Prednáška 2 (45 min.) - topografia, navigácia a orientácia, GPS, aplikácie

3.9.2024 Utorok:

- 7:00 – 7:30 Raňajky – vlastné stravovanie
7:45 – 16:00 Túra: **Bystrá lávka - Furkotský štít 2403 m**
Prevýšenie: 1 087m ↑↓
Celková dĺžka: 16,5 km
Čas túry: 6 hod.
Celkový čas: 7 hod.
18:00 – 19:00 Večera – vlastné stravovanie
19:00 – 19:45 Prednáška 1(45 min.) - topografia, navigácia praktická časť, základná uzlová technika
20:00 – 20:45 Prednáška 2 (45 min.) - horská meteorológia a bezpečnosť na horách, prvá pomoc (transportne prostriedky)

4.9.2024 Streda:

- 7:00 – 7:30 Raňajky – vlastné stravovanie
7:45 – 17:30 Túra: **Mengusovský Volovec 2218 m**
Prevýšenie: 1 021 m ↑↓
Celková dĺžka: 19 km
Čas túry: 8:00 hod.
Celkový čas: 9 hod.
18:00 – 19:00 Večera – vlastné stravovanie
19:00 – 21:00 zhodnotenie, premietanie vysokohorských filmov



5.9.2024 Štvrtok:

7:00 – 9:00 Raňajky – vlastné stravovanie / odubytovanie / zhodnotenie a ukončenie kurzu

Upozornenie: v súvislosti s poveternostnými podmienkami a ich ťažko predvídateľným priebehom je možné, že dôjde k úprave podmienok priebehu a absolvovania kurzu!

Mgr. Peter Kačúr, PhD.
vedúci kurzu

VIAC AKO POHYB