

# MTBO Kids Camp 2021



## Rozpis

**Pořadatel:** Český svaz Orientačních sportů , technické zajištění SMS Team Kladno - Spirála Kladno, z.s.

**Termín:** 25. 7. – 1. 8. 2021

**Místo konání:** Studená, okres Jindřichův Hradec

**Cena:** 4000,- Kč bez dopravy pro závodníky s platnou registrací v sekci MTBO pro rok 2021 / 5000,- Kč pro ostatní zájemce (navýšení ceny 25%). Rozhodující je platná registrace v den připsání úhrady na účet. Pokud tedy registraci teprve řešíte, informujte pořadatele.

**Informace a přihlášky:** Pavel Štáfek, tel.: 604958146, [smsteam@smsteam.cz](mailto:smsteam@smsteam.cz). Registrovaní členové ČSOS se hlásí přes [ORIS](https://www.oris.cz). Přihlášky již byly uzavřeny.

**Platba:** provedte **nejpozději do 4.7.** na účet **2800462683/2010**. V případě neuhrazené platby budou 7. 7. neuhrazená místa uvolněna dalším zájemcům.

**Ubytování:** Základní škola Studená, tělocvična a další prostory školy

**Stravování:** v ceně pobytu je plná penze, tj. snídaně/oběd/večeře, k tomu traťovky na kolo a pitný režim.

**Mapy:** budou využity MTBO mapy z ČP MTBO oddílů SJI a TBM (děkujeme za poskytnutí podkladů), naše vlastní čerstvé podklady a další mapy v blízkém i vzdálenějším okolí.

**Program:**

- nácvik orientace v terénu pro MTBO začátečníky
- pokročilejší mapové tréninky

- orientace v noci
- speciální MTBO příprava – technické záležitosti, paměťáky, jízda v obtížných pasážích s mapníkem...
- cyklistická příprava - jízda ve skupině, technické pasáže, bezpečné ovládání kola, rozvoj fyzické kondice
- servis a údržba kola, nejčastější poruchy a jejich řešení v terénu i v dílně
- doplňkové sporty - plavání, orientační běh, fotbal, badminton a další
- cykloturistika
- relaxační aktivity
- NOVINKA: společná účast na závodech ČP MTBO v rakouském Grafenschlagu (31.7., 1.8.)

#### **Základní výbava:**

- horské kolo v dobrém technickém stavu
- přilba
- mapník (je možné zapůjčení na základě objednávky), buzola
- kvalitní přední světlo pro noční jízdu na kole, zadní blikáčka
- rezervní duše odpovídajícího typu (rozměr, ventilek)
- SI čip (bude možné nouzové zapůjčení SI card typ 10)
- cestovní pas, občanský průkaz či jiný průkaz s fotografií a datem narození, průkaz zdravotního pojištění
- bidon nebo vak na vodu (doporučujeme objem min. 1 litr)
- malý batůžek (cca do 15 l) na kolo i na výlety bez kola
- spacák, deka
- karimatka či jiná podložka na spaní a cvičení
- oblečení a obuv (na kolo, do tělocvičny, do lesa, do města, plavky)
- hygienické potřeby, léky dle individuálních potřeb
- společenská hra, hudební nástroj, či jiný prostředek nespportovní zábavy pro sebe či ostatní
- [potvrzení od lékaře](#), [prohlášení o bezinfekčnosti](#)

#### **Domácí úkoly a bonusy:**

- bonus výbava - mobilní telefon s GPS trackerem (ideálně Strava) nebo hodinky se záznamem trasy. Pokud ale nemáte ani jedno z toho, není to vůbec překážkou.
- pokud výše uvedenou bonus výbavu povežete, je naopak podmínkou naučit se ji samostatně používat, tj. budete umět sami data dostat do GPX souboru v libovolném počítači napojeném na internet. Počítač a internet vám dodáme.
- používání mobilních telefonů je na kempu omezeno výhradně na tréninky. Připravte své online přátele na váš týdenní chatovací výpadek 😎

Aktualizovaný podrobný seznam obdrží účastníci v pokynech před odjezdem.