

Plavecký kurz 2019

V termínu **od 4. do 8. listopadu 2019** se uskuteční v plaveckém bazénu Ještědské sportovní na Tržním nám. **povinný plavecký kurz** pro primu, jehož cílem je mimo jiné ověřit, že všichni studenti jsou natolik zdatní, že v kvartě budou moci bez rizika absolvovat vodácký kurz na živé vodě. Z tohoto důvodu je plavecký kurz jediným kurzem, který musí student v případě absencí nebo nedostatečného sportovního výkonu opakovat v následujícím školním roce.

Výuka bude probíhat každý den od 10.00 do 11.30 hod. pod vedením vyučujících Mgr. Petry Quirenzové, Mgr. Nikolý Kárníkové a Mgr. Jana Vocela. Odpolední výuka v těchto dnech je upravena tak, aby se studenti stihli ve škole naobědvat a byly dodrženy hygienické zásady pro sportovní denní režim. Pedagogický dozor je zajištěn vždy po skončení výcviku (vyučující odvádí každý den studenty do školy na oběd) a v pondělí před výcvikem (**sraz účastníků kurzu je v pondělí v 8.55 v primě**). V ostatních dnech se vyučující sejdou se studenty přímo před bazénem. Čas bude upřesněn na suplování.

Studenti si přinesou **plavky, mýdlo, ručník a potvrzení o bezinfekčnosti**. Rovněž je potřeba, aby si studenti **každý den kurzu přinesli zálohu 100 Kč na zámeck**.

Požadavky:

1. 50m jedním způsobem přeplavat do dvou minut
2. Ukázka dalšího plaveckého způsobu (po vydýchání)
3. Předvést skok do vody ze startovního bloku (ukázat, že se nebojí vody)

vedoucí kurzu – Mgr. Petra Quirenzová

V Liberci 2. září 2019