

INFORMAČNÍ DOPIS K PŘIHLÁŠCE

Letní tábor s výukou lukostřelby Borek u Žlutic 14. – 27. 07. 2018

Milé děti, milí rodiče,

právě čtete informace o letním táboře s výukou lukostřelby pořádaným spolkem Lukoklub, z. s. Areál dětského tábora se nachází nedaleko obce Borku u Žlutic v okrese Karlovy Vary. Tábor se rozkládá na palouku, obklopen lesem a řečištěm Boreckého potoka. Tábořiště je kompaktnější a vybavení je skromné: stany s podsadou a podlážkou (postele do L), pevná dřevěná jídelna s kuchyní, zastřešená dřevěná umývárna (sprchy s teplou vodou a koryta), suché latríny, sportovní hřiště a lukostřelecká stanoviště. To vše vynahrazuje pobyt v lůně přírody s vynikajícími možnostmi pro využití intuitivní lukostřelby. Nabízí se zde velký prostor pro terénní a sportovní vyžití a odpočinek od městského života. Tábor s výukou lukostřelby je vhodný pro psychicky a fyzicky zdatné děti od **8 - 15 let!**

Program

Náplní tábora je alespoň z 1/3 lukostřelba, její teorie (v deštivých dnech) a praxe. Zbýlý čas je věnován táborovým aktivitám (oddílové službě, společným hrám, táboření pod širým nebem, táborovým ohněm atd.).

V době odpočinku se děti mohou věnovat vlastním klidovým aktivitám, deskovým hrám, zpěvu při kytaře, drhání a dalším činnostem. Nezanedbatelnou součástí tvoří i celotáborová hra spjatá s lukostřelbou.

Celkově si klademe za cíle ukázat dětem možnosti, které mají v lukostřelecké činnosti; krásu volného času bez technických vymožeností a posilování mezilidských vztahů v rámci kamarádství a vztahu k přírodě.

Lukostřelba

Na táboře se budeme z velké části věnovat lukostřelecké tematice. Zabýváme se hlavně intuitivní lukostřelbou, její praxí i teorií. Tábor se mohou zúčastnit jak začátečníci, tak pokročilí střelci. Nejprve se budeme učit základní dovednosti (napínání luku, založení šípu, techniku výstřelu). Dále se budeme zdokonalovat ve střelbě a nacvičovat zajímavé disciplíny. Máme připraveno více jak 12 disciplín terénních i statických. Střílíme do různých druhů terčů a klademe důraz na lovecké a bojové disciplíny.

Při výcviku je vyžadována **přísná disciplína a poslušnost** v zájmu bezpečnosti. V prvních dnech jsou děti seznámeny s bezpečnostními pravidly při hrách i lukostřelbě a s bezpečnou manipulací se zbraní. Při všech činnostech jsou pod dohledem odpovědné osoby a při nedodržení pokynů jsou vyloučeny z aktuálního programu.

Děti používají ke střelbě luky vhodné pro intuitivní lukostřelbu (luky bez zakládky, se střeleckým oknem nebo bez) tzn.: luky holé nebo tradiční. Síla luku je volena s ohledem na fyziku a zkušenosti dítěte. Používáme dřevěné šípy s terčovými hroty. Nedoporučujeme duralové a karbonové šípy. Prostředí je s dobrým podložím, protisvahy a lesním porostem, ale i přes to se stává, že v množství každodenních výstřelů je újma na šípech značná. Záleží na zkušenosti střelce. Poškození šípů se snažíme zmírnit, lukostřeleckými sítěmi a zástěnkami. Dále používáme závěsné toulce, chrániče na předloktí a chrániče na prsty.

Všechny děti budou na začátku tábora důkladně proškoleny o bezpečnosti střelby, jak manipulovat s vybavením, aby ho neponičily a jak vybavení skladovat. Je nutné dbát těchto pokynů.

Lukostřelecké vybavení

Luk Holý nebo tradiční luk (materiál dřevo nebo kompozit dřevo-laminát) z jednoho kusu. **Zakázané jsou sportovní luky.** Vhodné nejsou ani luky z hračkářství. Síla luku od 15 do **35 liber** dle výkonu střelce. Prosíme, aby všichni střelci měli ke svému luku i náhradní tětivu. Při poškození nebo ztrátě tětivy je luk nepoužitelný!!!

Šípy Vhodné je mít minimálně 15 kusů šípů potřebné délky s terčovými hroty bez řezných hran. Doporučujeme dřevěné šípy, častěji se sice lámou hroty, ale jsou lépe opravitelné než šípy duralové či karbonové. Počítejte se ztrátou či poškozením šípů. Končíky, hroty a peří jsme schopni na místě opravit.

Toulec Doporučujeme závěsný toulec kolem pasu. Šikovní rodiče jsou schopni toulec sami vyrobit z kůže či tvrdších materiálů.

Chránič na předloktí chránič na předloktí může být z moderních i přírodních materiálů dostupných na trhu. Dá se také vyrobit jednoduchým způsobem. Pro drobnější děti je vhodnější šátek.

Chránič na prsty nebo rukavička, při častějším střelení jako je na táboře doporučujeme i tento chránič, děti budou mít na prstech menší otlaky a vydrží déle střilet. Tento druh chrániče nelze zapůjčit. Doporučuji jej zakoupit po předchozím vyzkoušení. Je možné je zakoupit u organizátora tábora po předchozí domluvě.

Pouzdro na luk na vlastní luky doporučuji pouzdro na luk. Ochráníte tak vybavení před poškozením, vlivem povětrnostních podmínek nebo ztrátou dílů. Pouzdro se dá jednoduše ušít z látky.

Vlastní vybavení si viditelně označte!!!!

Zapůjčení vybavení

Zapůjčené vybavení je v ceně tábora. **Zničené vybavení musí uhradit rodič!** Za každý zničený či ztracený šíp (v důsledku viny dítěte) účtujeme 135,-- Kč. Tyto náklady hradí rodiče před odjezdem z tábora. Ceny ostatního vybavení najdete na www.lukoklub.cz. Pokud bude mít dítě vlastní toulec, chrániče či pouzdro bude to pro dítě komfortnější. *Nemusíte mít obavy, vybavení je kvalitní a zničení v důsledku viny dítěte je spíš výjimečné.*

<u>Příjezd na tábor:</u>	v sobotu 14.07.2018 mezi 16:00 – 17:00 hod. Vozidla prosím parkujte na vyhrazené louce, kde předáte zavazadla a dítě s dokumentací přivedete pěšky do tábořiště.
<u>Odjezd z tábora:</u>	v pátek 27.07.2018 od 17:00 do 19:00 hod. Vozidla prosím parkujte na vyhrazené louce, kde Vám budou předána zavazadla, a dítě s dokumentací si převezmete v tábořišti.
<u>Místo tábora:</u>	http://www.mapy.cz/letecka?mereni-vlastni-bod&x=13.1361865&y=50.0649184&z=16&ut=Borek%20u%20%C5%BDlatic%20Nov%C3%BD%20t%C3%A1bor&uc=93TTixXq24&ud=P%C5%A1ov%2C%20okres%20Karlovy%20Vary&maw=vlastni-body
<u>Cena tábora:</u>	4 400,-- Kč
<u>Platební údaje:</u>	2301180470/2010 účet vedený u Fio banky
<u>Ubytování:</u>	je ve dvouúžkových stanech s dřevěnou podsadou a podlahou, lůžka jsou dřevěná s molitanovou matrací, postele jsou do tvaru L, ve stanu jsou poličky
<u>Strava:</u>	plná penze (snídaně, svačina, oběd, svačina, večeře), po celý den je zajištěn pitný režim.
<u>Omezení:</u>	v táboře je zaveden el. proud jen pro potřeby kuchyně, pitná voda je z certifikované studny.
<u>CLTH:</u>	tématem bude středověk. Kdo má, může si vzít nějaký tematický kostým.

Dokumenty potřebné k převzetí dítěte na tábor

<u>Přihláška:</u>	s vyplněnou přihláškou zašlete zálohu dle pokynů. Podepsaný originál přihlášky je nutný předat při předání.
<u>Informační dopis:</u>	pečlivě si ho prosím přečtěte před vyplněním přihlášky a před odjezdem na tábor.
<u>Nástupní list:</u>	dokument, který je třeba vyplnit při předání. Vyplňuje ho rodič na místě.
<u>Posudek o zdravotní způsobilosti:</u>	tento posudek vyplňuje lékař a je platný 1 rok. Můžete použít i jiný podobný, platný posudek např. ze školy v přírodě. Originály vracíme.
<u>Kartičku zdravotní pojišťovny:</u>	– na konci tábora Vám ji vrátíme.
<u>Léky:</u>	i vitamíny které dítě užívá, mějte podepsané a poskytněte písemnou informaci o jejich podávání. Veškeré farmaceutické výrobky je nutné odevzdat zdravotníkovi tábora. Děti u sebe v průběhu tábora nesmí mít žádná farmaceutika u sebe!

Zakázaná činnost

Na táboře je zakázáno pít alkohol, kouřit, užívat omamné a návykové látky, používat a přechovávat zbraně, výbušniny, veškeré pyrotechnické pomůcky a hračky. Dále jsou zakázány veškeré sexuální praktiky. Je zakázáno (i mimo tábor), používat lukostřelecké dovednosti proti člověku, zvířeti či majetku. Porušením zákazu je dítě vyloučeno z tábora bez možnosti finanční náhrady!

Vezměte prosím na vědomí

Každé dítě podléhá táborovému řádu a podrobuje se pokynům všech vedoucích tábora. Hrubé či opakované porušení táborového řádu může být řešeno vyloučením z tábora bez možnosti finanční náhrady!

Nedoporučujeme

Balit dětem na tábor mobilní telefony, tablety a jiné elektronické přístroje. V místě je špatný telefonní signál! V údolí je vysoká vlhkost a může dojít k poškození přístrojů. Za přístroje neručíme a není možné je nabíjet. Není vhodné dávat dětem vyšší finanční částky a cennosti. Možnosti k nákupům jsou velmi omezené. Nedávejte dětem s sebou potraviny. Veškeré potraviny včetně bonbonů, žvýkaček, čokolád, brambůrků, sladkých nápojů apod. budou dětem druhý den po příjezdu odebrány a postupně rozděleny mezi všechny děti formou odměn. Tyto potraviny není kde skladovat, jejich nekontrolovatelná konzumace může způsobovat problémy. Děti budou mít dostatek potravin i laskomin formou odměn v táboře.

Základní vybavení dítěte na tábor:

- prostěradlo a polštářek,
- spací pytel, karimatku, oblečení na noc (tepláková souprava – noci jsou velmi chladné),
- sportovní boty, sandále, boty na turistiku a holinky (děti, které nebudou mít holinky, se nemohou za mokrých a deštivých dnů účastnit táborových aktivit!),
nedávejte dětem celogumové pantofle (kroksy) – na tuto obuv není v táboře vhodný terén a způsobuje úrazy!
- sportovní a turistické oblečení (na teplé i chladné počasí),
- plavky, pláštěnka, pokrývka hlavy,
- čisté spodní prádlo a ponožky na každý den,
- další oblečení a vybavení podle povahy tábora,
- funkční svítilna včetně náhradních baterií,
- hygienické potřeby – mýdlo, šampon, zubní pasta a kartáček, hřeben, zrcátko, opalovací krém, kapesníky, ručníky,
- **sprej proti klíšťatům**
- šicí potřeby, alespoň 3 m šňůry na prádlo a kolíčky,
- psací potřeby, pastelky, blok,
- dopisní papír, obálky, známky, (menším dětem doporučujeme předepsat adresu),
- šátek, náramkové hodinky,
- **opasek** (na zavěšení toulce) **nutné**,
- láhev na pití,
- baťoh na výlety do okolí,
- **hrníček** a malou lžičku,
- **dvojitý ešus** s víčkem (na stravování),
- **lžíce**, škrabka na brambory,
- 2 **podepsané** utěrky
- celta pro přespání pod hvězdami (dle možností),
- zpěvníky Já písnička (dle možností)
- léky předepsané lékařem, **průkaz zdravotní pojišťovny** (stačí kopie), potvrzení o bezinfekčnosti (je součástí nástupního listu), lékařské potvrzení, že je dítě schopno absolvovat tábor,
- **lukostřelecké vybavení – kdo vlastní**
- tričko Lukoklubu – kdo vlastní

Pošta a kontakty

Doručená i odeslaná pošta se odevzdává zhruba jednou za 2 pracovní dny.

Adresa tábora:

Letní tábor
„Jirkovo údolí“
pošta Žlutice
PSC 364 52
<http://beh3.tabornici-kladno.com/index.php>

Kontakty:

Ludmila Leontýna Babuková
ludmila.babukova@seznam.cz
736 769 184
www.lukoklub.cz
<https://www.facebook.com/groups/496832990455861/>

Telefonní čísla, která je možné využít pouze v době konání tábora: 736 769 184, 776 676 072, 737 120 336

Další informace a pokyny:

- V případě vyzvednutí dítěte pověřenou osobou (**osobou, která není vyplněna v přihlášce**), tato osoba musí mít plnou moc od zákonných zástupců. Bez plné moci, dítě nemůžeme předat!
- Prohlášení rodičů o zdravotním stavu dítěte, pokyny k užívání léků a posudek o zdravotní způsobilosti dítěte k účasti na letním táboře odevzdají rodiče při předání dítěte, případně stvrzenku o zaplacení tábora.
 - Zdravotní péči zajišťuje školený zdravotník, při závažnějších případech lékař ve Žluticích nebo nemocnice v Karlových Varech.