

## **Turistika v okolí Banskej Bystrice**

V rámci predmetov Telesná výchova 1-8 denné štúdium

**Dátum konania:**

1 túra 22.04. 2022 (piatok)

Spolu: 30 študentov

Vedúci aktivity: Mgr. Kristián Bako

2 túra 29.04. 2022 (piatok)

Spolu: 30 študentov

Vedúci aktivity: Mgr. Kristián Bako

**Miesto konania:**

1. túra Pánsky diel – **stretnutie Strieborné námestie** (odchod do Španej doliny)

2. túra Krížna – **stretnutie Staré Hory – kaplnka** (pred reštauráciou ALTENBERG)

**Začiatok aktivity:**

1 túra o 09:35 hod. v mieste konania kurzu, odchod autobusu: 09:55 (Strieborné námestie – Špania dolina – námestie)

2 túra o 08:00 hod. v mieste konania kurzu

**Doprava na miesto konania:** individuálne

**Spôsob a termín záväzného prihlásenia:** zapísaním predmetu do systému AIS,

Vyplnením dotazníka k zdravotnému stavu

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeG5jlbtt9uSjWvikTQSyhMWUYOs3mXNLE4IXejx6uFJGIVNw/vie/wform>

**V prípade nespĺnenia týchto podmienok nebude možné absolvovať uvedenú aktivitu!!!**

**Program:**

1. túra – Pánsky diel (zo Španej doliny - námestie) - stúpanie 415 m, vzdialenosť (8,1 km), náročnosť stredná, odhadovaný čas: 5 hodín, turistické značenie (modré)

2. túra - Krížna (zo Starých hôr - kaplnka) - stúpanie 1187 m, vzdialenosť (15,3 km), náročnosť vysoká, odhadovaný čas: 7-8 hodín, turistické značenie (cestou hore – modré + červená / cestou dole (cez Tureckú) – červené + modré + žlté + zelené)

**Povinná výstroj:**

Individuálne obstarat' turistické oblečenie, **pevná vysoká turistická obuv**, plášť do dažďa, turistický batoh, okuliare, pokrývka hlavy, (príp. rukavice), sada náhradného oblečenia, športové oblečenie + obuv, šatka, **preukaz poistenca** a základné lieky prvej pomoci (najmä náplaste a spevňovacie obvazy na kolená a členky). V prípade chýbajúcej povinnej výstroje študent nebude môcť realizovať povinné aktivity.

**Študent je povinný zabezpečiť si poistenie na hory (Zásah HZS) na čas realizácie jednotlivých túr.** (napr. <https://www.union.sk/cestovne-sms-poistenie/>) Bez uvedeného poistenia nie je možné sa zúčastniť aktivít.

**Stravovanie:**

individuálne- dostatočný pitný režim (termoska s čajom, voda), občerstvenie (tyčinka, bageta, to čo každému chutí 😊)

**Hodnotenie:**

Aktívna účasť na aktivite – absolvovanie obidvoch túr

Mgr. Kristián Bako

Vyučujúci predmetu