

Program kurzů TDC 2022 – kurz č. 5

	8:00	Dopolední program	12-14	Odpolední program	Večerní program
Po		Příjezd do penzionu do 12:00	12:30 oběd	13:30 zahájení – úvodní informace, 14.00 seminář oprava a údržba kola, technika jízdy ve skupině a bezpečnost, jízda zručnosti (závod) , příprava celodenního výletu	Přednášky: Vedení družstva, příprava celodenního výletu. Bago
Út	snídaně	Celodenní výlet (90-100 km) – směr Jindřichův Hradec nebo Landštejn, případně naučná stezka okolo Třeboně. 9:00 – 17: 00	-	Celodenní výlet – směr Jindřichův Hradec nebo Landštejn, případně naučná stezka okolo Třeboně.	Přednášky: Technika jízdy, technologie kola, orientační závod MTBO. Schuster
St	snídaně	Příprava MTBO závodu (kontroly) Hry v přírodě, softbal, plážový volejbal a podobně dle počasí	12:00 oběd	MTBO závod. Informace k závodu (mapy, legendy, lístky na kontroly)	Přednášky: Pitný režim, bezpečnost při sportech. Bahenský
Čt	snídaně	Celodenní výlet (90-100) km) – Nové hrady – Kraví hora, Novohradské hory. 9:00 – 17: 00	-	Celodenní výlet – Nové hrady – Kraví hora, Novohradské hory. 9:00 – 17: 00	Hry, táborák
Pá	snídaně	Teoretický test , vyhlášení výsledků, předání pokojů	12:00 oběd	Ukončení kurzu, zapsání zápočtů. Odjezd	