

Plavecký kurz 2019 – VOŠ, SŠ – 19.3. – 22.3.2019

DÁLKOVÉ S. – 29.3.2019

Časový harmonogram plavání

Den, datum, čas	8:00 – 8:45	8:45 – 9:30	9:30 – 10:15	10:15 – 11:00	11:00 – 11:45	11:45 – 12:30	poznámka
Úterý 19.3.	S1.D, zbytek S2.D REPETENTI	W,V1.A W,V1.B	S1.D, zbytek S2.D REPETENTI	W,V1.A W,V1.B	S1.D, zbytek S2.D REPETENTI	W,V1.A W,V1.B	Teorie plavání 8. – 10. vyučovací hodina (škola uč. 43 nebo 42) S1.D, zbytek S2.D, repetenti
Středa 20.3.	W,V1.A W,V1.B	S1.D, zbytek S2.D REPETENTI	W,V1.A W,V1.B	S1.D, zbytek S2.D REPETENTI	W,V1.A W,V1.B	S1.D, zbytek S2.D REPETENTI	Teorie plavání 8. – 10. vyučovací hodina (škola uč. 43 nebo 42) V,W1.A
Čtvrtek 21.3.	S1.D, zbytek S2.D REPETENTI	W,V1.A W,V1.B	S1.D, zbytek S2.D REPETENTI	W,V1.A W,V1.B	S1.D, zbytek S2.D REPETENTI	W,V1.A W,V1.B	Teorie plavání 8. – 10. vyučovací hodina (škola uč. 43 nebo 42) W,V1.B
Pátek 22.3.	W,V1.A W,V1.B	S1.D, zbytek S2.D REPETENTI	W,V1.A W,V1.B	S1.D, zbytek S2.D REPETENTI	W,V1.A W,V1.B	S1.D, zbytek S2.D REPETENTI	
Pátek 29.3.	D1. A,B						Teorie plavání 8. – 10. vyučovací hodina (škola uč. 43 nebo 42) D1. A,B

Náslechy

- náslechy proběhnou v Plavecké škole Litomyšl v Krytém plaveckém bazénu
- sraz v bazénu 15 min před začátkem náslechu!!!!
- studenti musí být sportovně oblečení, jinak nebudou vpuštěni na bazén!!!!!!

Datum	třída	Čas	
Budou upřesněny	V1.B		
Budou upřesněny	W1.B		

Podmínky pro získání zápočtu (uznání kurzu):

Podmínky	V,W1.A	V,W1.B	S1.D	D1.A,B
20 hodin ve vodním prostředí (dálkové s. – 4,5 hodiny)	x	x	x	x
Uplavání 200 m volným způsobem (S1,D na čas)	x	x	x	x
25 m jiným pl. způsobem + další plav. dovednosti – plavání pod vodou, skoky	-	-	x	-
Teorie plavání – 3 hodiny	x	x	x	x
Účast na náslechu v plavecké škole	-	x	-	-
Účast na exkurzy - Dětský domov se školou – Vrchlabí, Obchodní a, Odborná š. a Praktická š. pro tělesně postižené v Jánských lázních, dne: 26.3.2019	x	-	-	-

Doporučené vybavení na plavecký kurz: pantofle do vodního prostředí, náhradní plavky, věci na převléknutí, župan

Vedoucí kurzu: Štěpán Kraj

