



CENTRUM VOĽNÉHO ČASU

Komenského 752 Čadca, 02204

www.cvcca.edu.sk

Tulácka pohodová víkendovka

Termín: 3.-4. február 2023 (piatok - sobota)

Stretneme sa: piatok – o 15:30 v CVČ

Predpokladané ukončenie akcie: sobota o 19:00 – žel. stanica Čadca

Ubytovanie: CVČ Čadca (spacáky, karimatky)

Predbežný program:

- piatok – nenáročná turistika v okolí Kýčerky, v prípade dostatku snehu Bežkárka abeceda – dáme vedieť vopred
- sobota – návšteva Veľkého sveta techniky v Ostrave (Dolní Vítkovice – pozri www.dolnivitkovice.cz)



Doprava: vlakom

Čo so sebou a na seba:

- viacvrstvové športové oblečenie – na bežky i na výlet – viď. *Bežkárka abeceda*
- tulácke tričko a šatka (ak máš), vreckový nožík, dobrá baterka (najlepšie čelovka)
- teplá obuv vhodná do snehu, čiapka tenšia i hrubšia, rukavice rovnako tenšie i hrubšie do snehu
- spacák a karimatka (ak nemáš, požičiaš si v CVČ)
- veci na spanie, **prezúvky**, hygienické potreby, náhradné spodné prádlo a ponožky (+ sáčok na špinavé)
- desiata na piatok a sobotu, čaj v termoske (veľká alebo 2 menšie)
- preukaz poistenca, **pas!!!**, preukážka na bezplatné cestovanie vlakom
- lieky, ak nejaké užívaš

Strava:

- piatok – zabezpečená večera + pitný režim večer
- sobota – zabezpečené raňajky + do termosky ráno dostaneš teplý čaj

Veci si zbaľ do dostatočne veľkého ruksaka (ak nemáš, v CVČ je niekoľko ruksakov k dispozícii na požičanie). **Neber žiadne zbytočnosti!** (mobil a podobne – v prípade potreby sú k dispozícii čísla na vedúcich). Veci, ktoré v sobotu nebudeš potrebovať, si môžeš nechať odložené v CVČ v osobitnej taške.

Cena: 15 € (zvyšné náklady hradí TJ Lokomotíva)

Môžeš si zobrať nejaké vreckové v CZK.

Prihlásiť sa treba čím skôr, najneskôr do 2.1. popoludní (+ doniesť peniaze, najlepšie na krúžok).

Kontakt na vedúcich:Gabriel Horos – 0907 323 004, gabriel.horos@gmail.comAnna Vlčková – 0907 323 004, vlckotulak@gmail.com**Mgr. Mária Čamborová****riaditeľka CVČ****Prihláška na Tulácku pohodovú víkendovku 3. - 4.2.2023**

Meno a priezvisko:

Lieky, alergie, zdravotné obmedzenia:

Tel. č. na rodiča:

.....

podpis rodiča