**Kurz odborné praxe 4. ročníku POUŠTĚ 2018**

**Materiál - STUDENT**

**Povinná výbava**

1. Oblečení a obuv pro pobyt a pohyb v přírodě, pro činnost v noci i různých klimatických podmínek (outdoorové oblečení, maskáče, funkční materiál, sportovní oblečení)

2. Přenocování v terénu (karimatka, spací pytel, celta nebo plachta pro skupinu 3 až 5 osob)

3. Náhradní triko, spodní prádlo, ponožky

4. Batoh (objem cca 40l), *ZÁKAZ: tašky, kufry apod.*

5. Přezůvky a oblečení na ubytovací zařízení

6. Hygienické potřeby včetně ručníku

7. Svítilna (čelovka) a náhradní zdroj

8. Nůž

9. Karta zdravotní pojišťovny a osobní léky

10. Láhev na pití

11. Poznámkový blok a psací potřeby

**Nepovinná výbava**

1. Rukavice (na lezecký výcvik)

2. Buzola

3. Balíček poslední záchrany

4. Čepice, klobouk

5. Pláštěnka

6. Prostředek proti hmyzu

Každý student si veškerý materiál nese s sebou po celou dobu přesunů (1. den cca 10 km, 4. - 5. den cca 20 km noční přesun)!!!