

**Střední průmyslová škola strojnická**  
**škola hlavního města Prahy**  
**110 00 Betlémská 4/287, Praha 1 - Staré Město**



Mgr. Michal Prutyszyn, MBA  
 Schvaluji: \_\_\_\_\_  
 Ředitel školy

# Program AVK

| Datum                 | Čas           | Náplň                                                                                                  | Zodpovídá     |
|-----------------------|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| 20. září<br><b>NE</b> | 08,30 – 09,00 | Sraz a Odjezd z Prahy                                                                                  | Vedoucí kurzu |
|                       | 09,00 – 17,00 | Přesun do Rakouska                                                                                     |               |
|                       | 17,00 – 18,00 | Ubytování                                                                                              |               |
|                       | 18,00 – 19,00 | Večeře                                                                                                 | Služba        |
|                       | 20,00 – 21,00 | Večerní program - beseda – pohyb a chování v letním horském terénu                                     | Instruktoři   |
| 21. září<br><b>PO</b> | 07,30         | Budíček                                                                                                | Služba        |
|                       | 07,45 – 08,30 | Snídaně                                                                                                |               |
|                       | 08,30 – 09,00 | Příprava na dopolední výcvik                                                                           |               |
|                       | 09,00 – 12,00 | Dopolední výcvik<br>Skupina č.1 rafty a č.2 ferraty<br>Skupina č.3 a č.4 celodenní výlet Grossglockner | Instruktoři   |
|                       | 12,00 – 13,00 | Oběd                                                                                                   |               |
|                       | 13,30 – 16,30 | Odpolední výcvik<br>Skupina č.2 rafty a č.1 ferrary<br>Skupina č.3 a č.4 celodenní výlet Grossglockner | Instruktoři   |
|                       | 16,30 – 18,00 | Uložení pomůcek a osobní volno                                                                         |               |
|                       | 18,30 – 19,30 | Večeře                                                                                                 | Služba        |
|                       | 20,00 – 21,00 | Beseda – promítání filmu s horskou tematikou                                                           |               |
|                       | 22,00         | Večerka                                                                                                | Služba        |
|                       |               |                                                                                                        |               |
| 22. září<br><b>ÚT</b> | 07,30         | Budíček                                                                                                | Služba        |
|                       | 07,45 – 08,30 | Snídaně                                                                                                | Služba        |
|                       | 08,30 – 09,00 | Příprava na dopolední výcvik                                                                           |               |
|                       | 09,00 – 12,00 | Dopolední výcvik<br>Skupina č.3 rafty a č.4 ferraty<br>Skupina č.1 a č.2 celodenní výlet Grossglockner | Instruktoři   |
|                       | 12,00 – 13,00 | Oběd                                                                                                   |               |
|                       | 13,30 – 16,30 | Odpolední výcvik<br>Skupina č.4 rafty a č.3 ferrary<br>Skupina č.1 a č.2 celodenní výlet Grossglockner | Instruktoři   |
|                       | 16,30 – 18,00 | Uložení pomůcek a osobní volno                                                                         |               |

|                       |               |                                                                                                                   |             |
|-----------------------|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
|                       | 18,30 – 19,30 | Večeře                                                                                                            | Služba      |
|                       | 20,00 – 21,00 | Večerní program - beseda – přežití v horách                                                                       | Instruktoři |
|                       | 22,00         | Večerka                                                                                                           | Služba      |
| 23. září<br><b>ST</b> | 07,30         | Budíček                                                                                                           | Služba      |
|                       | 07,45 – 08,30 | Snídaně                                                                                                           | Služba      |
|                       | 08,30 – 09,00 | Příprava na dopolední výcvik                                                                                      |             |
|                       | 09,00 – 12,00 | Dopolední výcvik<br>Skupina č.1 rafty a č.2 ferraty<br>Skupina č.3 a č.4 celodenní výlet na koloběžkách v Itálii  | Instruktoři |
|                       | 12,00 – 13,00 | Oběd                                                                                                              |             |
|                       | 13,30 – 16,30 | Odpolední výcvik<br>Skupina č.2 rafty a č.1 ferraty<br>Skupina č.3 a č.4 celodenní výlet na koloběžkách v Itálii  | Instruktoři |
|                       | 16,30 – 18,00 | Uložení pomůcek a osobní volno                                                                                    |             |
|                       | 18,30 – 19,30 | Večeře                                                                                                            | Služba      |
|                       | 20,00 – 21,00 | Večerní program - beseda – Alpy                                                                                   |             |
|                       | 22,00         | Večerka                                                                                                           | Služba      |
| 24. září<br><b>ČT</b> | 07,30         | Budíček                                                                                                           | Služba      |
|                       | 07,45 – 08,30 | Snídaně                                                                                                           | Služba      |
|                       | 08,30 – 09,00 | Příprava na dopolední výcvik                                                                                      |             |
|                       | 09,00 – 12,00 | Dopolední výcvik<br>Skupina č.3 rafty a č.4 ferraty<br>Skupina č.1 a č. 2 celodenní výlet na koloběžkách v Itálii | Instruktoři |
|                       | 12,00 – 13,00 | Oběd                                                                                                              |             |
|                       | 13,30 – 16,30 | Odpolední výcvik<br>Skupina č.4 rafty a č.3 ferrary<br>Skupina č.1 s č. 2 celodenní výlet na koloběžkách v Itálii | Instruktoři |
|                       | 16,30 – 18,00 | Uložení pomůcek a osobní volno                                                                                    |             |
|                       | 18,30 – 19,30 | Večeře                                                                                                            | Služba      |
|                       | 20,00 – 21,00 | Vyhodnocení kurzu                                                                                                 | Instruktoři |
|                       | 22,00         | Večerka                                                                                                           | Služba      |
| 25. září<br><b>PÁ</b> | 07,00         | Budíček                                                                                                           | Služba      |
|                       | 07,00 – 08,00 | Vyklizení pokojů                                                                                                  | Služba      |
|                       | 08,00 – 08,30 | Snídaně                                                                                                           | Služba      |
|                       | 08,45 – 09,00 | Příprava na dopolední výcvik                                                                                      |             |
|                       | 09,00 – 12,00 | Dopolední program – soutěže na raftech a ferratech                                                                | Instruktoři |
|                       | 12,00 – 13,00 | Oběd                                                                                                              |             |
|                       | 13,00 – 13,30 | Uložení pomůcek                                                                                                   | Instruktoři |
|                       | 13,30 – 14,00 | Přesun do autobusu a odjezd do Prahy                                                                              |             |
|                       | 14,00 – 22,00 | Cesta do Prahy                                                                                                    |             |

V Praze dne 8. září 2026

PaedDr. Vladislav LISZOK

---

vedoucí kurzu