

Pohybovo-zábavná aktivita „Pohybom si ma nájdi“

POKYNY

O čo ide?

- cieľom je nájsť za pomoci mapy (chôdzou alebo behom) kontrolné stanovišťa (kontroly) umiestnené v teréne, ktoré sú v mape zakreslené **krúžkom**, vedľa ktorého sa nachádza číselný **kód** kontroly
- postup medzi jednotlivými kontrolami si každý volí podľa vlastného uváženia
- všetky kontroly môžete nájsť v jeden deň, alebo si ich absolvovanie rozdeliť na viackrát
- členovia rodiny môžu súťažiť medzi sebou, kto nájde všetky kontroly v najlepšom čase (alebo vôbec nemusí ísť o súťaž, rodičia s menšími deťmi môžu túto aktivitu poňať ako dobrodružnú výpravu ☺)
- úlohou je nájsť všetky kontroly, pričom z písmen na jednotlivých kontrolách si vytvoríte „heslo“, ktoré nám môžete zaslať na adresu akademik.ob@tuke.sk *
- za správne zaslané heslo obdržíte e-mailom **diplom úspešného absolventa** (nezabudnite preto vo Vašom emailu uviesť jeho/jej meno, diplom získate za absolvovanie každej lokality samostatne)

Kedy a kde sa uskutoční aktivita?

- Aktivita je v jednotlivých lokalitách časovo obmedzená. Miesto a stanovený čas konania v jednotlivých miestach je zverejnené na fb stránke aktivity a na mape.

Ako na to?

- stiahnite si mapu so zakreslenými kontrolami tu:
<https://www.facebook.com/pohybomsimanajdi/>
alebo tu:
<https://www.facebook.com/pohybomsimanajdiPO>
alebo tu:
<http://web.tuke.sk/obeh/>

Následne si mapu vytlačte (ideálne na farebnej tlačiarni).

(ak si mapu nemôžete stiahnuť, napíšte nám na akademik.ob@tuke.sk a my vám ju pošleme e-mailom)

- ak sú na to vhodné podmienky, na mape je vyznačené najvhodnejšie miesto pre zaparkovanie
- po príchode na miesto si zorientujte mapu (môžete podľa situácie v teréne, budov, pomocou buzoly, alebo pomocou smartfónu)
- Sever na mape je vždy na hornom okraji, na sever sú otočené aj všetky písmená a značky.
- rozhodnite sa v akom poradí kontroly absolvujete



- po nájdení správnej kontroly si vždy zapíšete alebo odfotíte písmeno nachádzajúce sa na kontrole do tabuľky k príslušnému kódu
- ak sa vám nepodarí absolvovať všetky kontroly počas jednej návštevy danej lokality, neváhajte sa vrátiť na ďalší deň alebo keď vám to vyhovuje
- ak chcete mať diplom za úspešné absolvovanie, nezabudnite nám poslať vytvorené „heslo“

Označenie kontroly v teréne



Vzor tabuľky na zapísanie písmen

Písmeno							
Kód kontroly	31 okraj lesa	32 výrazný strom	33 roh budovy	34 kút budovy	35 krík	36 výrazný strom	37 preliezka

Čo ďalej?

Ak sa Vám pohyb s mapou v neznámom teréne zapáči, môžete si vyskúšať športovejšiu formu a pridať sa k našim klubovým aktivitám v orientačnom behu buď samostatne, alebo aj celá rodina.

Prajeme vám veľa šťastia a zábavy a veríme, že pohybom všetko nájdete!

Klub OB ATU Košice
<http://obkosice.sk>
akademik.ob@tuke.sk
 0915872938



* **GDPR:** Zasláním svojho mena a e-mailovej adresy účastník súhlasí s použitím týchto osobných údajov pri komunikácii medzi organizátorom a účastníkom.