



www.Zbraslavice.eu

NABÍDKA PRO ŠKOLY 2012

Rekreační a sportovní středisko U Starého rybníka se nachází v klidném prostředí rekreační zóny středočeské obce Zbraslavice, 20 km na jih od starobylé Kutné Hory. Je obklopeno lesy a rybníkem. Areál je do hodiny jízdy od Prahy, nedaleko sjezdu z dálnice D1 (exit 56 Soutice). Zároveň má ideální dostupnost vlaky.

Vše v jednom areálu Ubytování několika kategorií
Atraktivní region
Snadná dostupnost po dálnici D1 i vlaky
Ideální spojení práce, odpočinku a adrenalinových zážitků
7 x hřiště, 2 x tělocvična, 6 x prostor pro školení
Klidné a bezpečné prostředí

Náš areál je vhodný zejména pro: Školní výlety
Adaptační kurzy
Školy v přírodě

Firemní setkání, oslavy
Pobyty sportovců

Zajistíme pro Vás: Kvalitní ubytování a stravování
Prostory pro Vaši akci
Pronájem kongresové techniky
Doplňkové služby
Doprovodné programy

Ubytování a stravování:

<http://www.zbraslavice.eu/ubytovani>

Ubytování na budově hotelového typu SPORT:

16 x čtyřlůžkový pokoj

4 x třílůžkový pokoj

2 x dvoulůžkový pokoj

Celkový počet lůžek : 84

Celkový počet lůžek vč. přistýlek formou paland: 124

Vždy dva pokoje mají společnou chodbičku, WC a koupelnu se sprchovým koutem.

Za poplatek lze půjčit TV na pokoj či si pronajmout trezor na recepci. (60,-Kč/den).

**cena 341,-Kč/os/den
vč. plné penze**

Ubytování v budovách hotelových apartmá:

12 x čtyřlůžkový pokoj

Celkový počet lůžek: 48

Celkový počet lůžek vč. přistýlek: 72

Každý pokoj má vlastní vchod, předsíň, WC a koupelnu se sprchovým koutem.

**cena 341,-Kč/os/den
vč. plné penze**

Ubytování v budovách ADAM a EVA:

6 x dvoulůžkový pokoj

Celkový počet lůžek : 12

Celkový počet lůžek vč. přistýlek formou paland: 16

Pokoje mají společnou chodbičku, WC a koupelnu se sprchovým koutem. Na společné chodbičce jsou umístěna krbová kamna, která slouží k vytápění budovy.

**cena 341,-Kč/os/den
vč. plné penze**



Budova Sport



Hotelová apartmá



Budova Eva

Ubytování ve starších částech areálu - zděná budova

Ubytování ve vícelůžkových pokojích s palandami, sociální zařízení společné na chodbě.

**cena 269,-Kč/os/den
vč. plné penze**

Ubytování ve starších částech areálu

– chatičky + srub

Čtyřlůžkové chatičky s palandami, sociální zařízení v docházkové vzdálenosti.

V chatičkách je možné ubytování ve vlastním spacím pytli.

**cena 44,-Kč/os/den (chatky)
cena 55,-Kč/os/den (sруб)**

Volitelné příplatky: dvě svačiny/den: 21,-Kč/osobu/den, pitný režim: 10,-Kč/osobu/den, lůžkoviny: 47,-Kč/osobu/pobyt, parkovné osobní automobil 50,-Kč/den, autobus 100,-Kč/den, snídaně formou švédských stolů: +25,-Kč/os/den

Základní plná penze nabízí klasickou snídani, oběd a večeři, lze ji rozšířit o dopolední a odpolední svačiny i o pitný režim.

Stravování je zajištěno formou jednotného menu bez možnosti výběru stravy. Jsme schopni připravit vegetariánské jídlo. Jídlo vhodné pro různé diety uvaříme z Vámi dodaných surovin a to bez jakéhokoliv příplatku.

Dále Vám nabízíme: rauty, rautové stoly, ovocné mísy, grilování, opékání prasete, zabíjačku.



Občerstvení :

Každý den je k dispozici prodejna občerstvení na terase. Dle dohody je možné využít bar na budově Sport a provozní dobu baru i občerstvení přizpůsobit Vaší akci.

Prostory pro výuku:

Pro pořádání různých akcí, školení a seminářů lze využít konferenční zázemí o kapacitě až 120 míst. Dle přání zajistíme kompletní technické vybavení (plazmová TV, DVD/video přehrávač, projektor, flipchart, ...) Pro školy prostory **zdarma**.

Nabízíme těchto 6 různých prostor:

	POS- CHODÍ	M2	DIVADLO	ŠKOLA	KONFERENCE
Učebna 1	1	56	60	--	40
Učebna 2	1	45	50	22	20
Učebna 3	1	35	50	32	30
Prostor na nové budově	1	70	150	64	80
Víceúčelová hala	1	160	250	120	200
Jídelna	1	155	180	100	120



Adrenalinové zážitky:

Nabízíme využití adrenalinových zážitků za akční cenu, která platí pouze při objednání pobytu. Pokud adrenalinové zážitky objednáte během pobytu – cena zůstává původní.

Akční cena platí pouze pro skupinu, tj. pokud se celý kolektiv vydá např. na Tarzan park. Pokud půjde pouze o jednotlivce, cena zůstává původní. Technické specifikace naleznete na www.Zbraslavice.eu

Paintball - cena 149,-Kč/os, **akční cena 99,-Kč/os**

Paintball je moderní, rychle se rozvíjející adrenalinový sport. Pro ty opravdu nezasvěcené, tato hra spočívá ve speciálních paintballových značkovačích, které vystřelují paintballové kuličky, což jsou želatinové kapsle naplněné paintballovým barvivem. V tomto sportu není potřeba pouze fyzické zdatnosti, ale také velice rychlých reflexů a schopností se rychle rozhodnout ve stresové situaci, když se například ocitnete pod nepřátelskou palbou. Tento sport je bezesporu plný vzrušení, napětí, dobrodružství a především při něm zažijete spousty skvělé zábavy.

Připravíme pro Vás hru v prostředí lesa, tůní a bývalého lomu. Zažijte adrenalin při dobývání nepřátelského území.

Tarzan park – vysoká lana- cena 149,-Kč/os, **akční cena 99,-Kč/os**

Tato adrenalinová aktivita Vám zpříjemní pobyt v našem rekreačním středisku. Pestrá škála překážek je ve výšce tři a půl metru nad zemí. Překonejte sami sebe, dokažte si, že na to máte. Moderní způsob jištění každého jednotlivce zabezpečuje bezpečné překonání této akce. Dohled zkušeného instruktora je samozřejmostí.



Horolezecká stěna- cena 149,-Kč/os, **akční cena 99,-Kč/os**

Pro všechny šplhouny a šplhavce, kteří rádi napodobují mouchy, jsme připravili na stěnu budovy Sport, lezecký ráj. Cest vedoucích k vrcholu je nespočet a zcela jistě si nějakou najdete i vy. Nezbývá, než vybrat ten správný chyt...

Kajaky- cena 149,-Kč/os, **akční cena 89,-Kč/os**

Nemusíte být olympijským vítězem jako Doktor nebo Hilgertová, aby jste si z pobytu na vodě odnesli neopakovatelné zážitky. Stačí trocha fantazie a na našich nafukovacích kajacích se stanete nejobávanějším bukanýrem jižních moří, kormidelníkem vikingského drakkaru manévrujícím ve studených vodách norských fjordů, otrokem přikovaným k veslu římské triéry ženoucí se do bojové vřavy, cestujícím na nepotopitelném Titaniku... Rozhodněte se sami, kterou cestou se vydáte.

Lukostřelba- cena 149,-Kč/os, **akční cena 89,-Kč/os**

Myslíte, že máte stejně bystré oko a pevnou ruku jako Vilém Tell nebo Robin Hood? Dokažte sobě i svým přátelům a známým, že to tak je. V našem lukostřeleckém amfiteátru můžete posílat šípy do terče jeden za druhým, vyhrávat sázky nebo zlepšovat rekordy a poté o tom u dobrého jídla a pití vykládat zaručeně pravdivé historky.

Horská kola- cena 199,-Kč/os, **akční cena 129,-Kč/os**

Na Tour de France nebo Závod Míru u nás těžko natrénujete. Ale kdo by také stál na dovolené o to, při projížďkách v takové krásné přírodě jakou najdete v okolí střediska, zuřivě šlapat do pedálů a sledovat displej tachometru a vyhodnocovat sporttester. Snad jedině sportovci na soustředění s trenérem, který popíjí kafičko a asistent jim počítá kola a zapisuje časy. Těm nic jiného nezbyvá. Vy ostatní se můžete kochat. Ale pozor! Pojedete na kole...



Geocaching- cena 149,-Kč/os, **akční cena 99,-Kč/os**

O poklad! Samozřejmě ne o ten Tutanchamonův, ten je pečlivě strážěn, ale o zcela, na první pohled, obyčejný. Na všeobecně známých i těch neznámých a přesto zajímavých místech celého světa, naší republiky a Zbraslavice nevyjímaje, jsou ukryty „poklady“ ve formě krabiček (anglicky Cache). Na internetu se poté svým objevem pochlubíte podobně postiženým dobrodruhům.

A jak poklad vlastně objevíte? Pomocí navigačního přístroje GPS a vlastního důvtipu. V našem středisku vám tuto navigaci zapůjčíme, sdělíme souřadnice a můžete se stát lovci pokladů (počet variant neustále rozšiřujeme). Při Geocachingu ve Zbraslavicích si nejen protáhnete tělo v přírodě, ale zapojíte i mozek a strávíte příjemné chvíle v krásné přírodě v okolí Starého rybníka s přáteli nebo rodinou. A to je ten největší poklad.

Trampolína- cena 89,-Kč/os, **akční cena 49,-Kč/os**

Skáču dobře - skáču rád, klokan je můj kamarád. Klokana sice nemáme (i když co není, může být), zato máme trampolínu. Zábava, která strhne malé i velké, a na kterou se zapisují pořadníky jako na Škodu 120, vás nenápadně vysílí až k padnutí. Proto nezapomeňte včas vystoupit. Na vaše místo čekají další zájemci.



Sauna- cena 89,-Kč/os, **akční cena 49,-Kč/os**

Emile, zvonek... Otevři! Co je drahoušku! Copak nevidíš, že beru saunu?! Já se učím... Tak takovou situaci z filmové komedie Marečku, podejte mi pero! od Z. Svěráka a L. Smoljaka nikde nezažijete. Ale můžete si ji v duchu promítat při relaxaci v naší nové, moderní sauně a libovat si, že nejste v roli inženýra Týfy, kterému nebylo dopřáno v klidu brát svou oblíbenou saunu.

Koloběžky - cena 149,-Kč/os, **akční cena 99,-Kč/os**

Na nejoblíbenějším dopravním prostředku Hurvínka, který u nás máme k dispozici, můžete brázdřit okolí po cestách necestách. Chá, chá.

Aquazorbing- cena 149,-Kč/os, **akční cena 89,-Kč/os**

Smáli jste se někdy při pohledu na křečka v kleci? Vžijte se do jeho pocitů a nastupte do Aquazorbu. V průhledné nafukovací kouli plující po vodní hladině si užijete zábavy až se kamarádi na břehu budou za břicha popadat. Po skončení vymezeného času, který vám při pokusech o chůzi – těm schopnějším při pokusech udržet se alespoň ve vzpřímené poloze – bude připadat jako věčnost, vylezete ze zorbu mokří jako myš. Ale pozor bude to pouze a jedině váš pot. Aquazorb je bezpečně uzavřen a neustále pod dozorem instruktora. Nuže, koulej se...



Nordic walking- cena 89,-Kč/os, **akční cena 49,-Kč/os**

Skandinávci dlouhá staletí ve svých komplikovaných ságách přemítali o tom, jak za dlouhého a horkého severského léta, využít jejich nejoblíbenějšího dopravního prostředku – běžeckých lyží. Rovnice žádný sníh a žádné běžky byla jasná – přeci nepoškrábeme skluznici. Ale co hůlky? Těch se přeci nemusíme vzdát v žádném ročním období. A tak jednoho večera vznikla Severská procházka a s ní i invaze zdravé chůze do celého světa. Při správné technice použití hůlek zapojíte do činnosti neuvěřitelných 90% svalstva (mimické svaly se nepočítají) a podpoříte srdeční činnost. Udělte u nás další krok ke zdravému životnímu stylu...

Skákací boty- cena 149,-Kč/os, **akční cena 99,-Kč/os**

Neznáte pohádku o Palečkovi a jeho zázračných botách? Nevadí, alespoň nebudete zklamáni, když na našich sedmimílových botách budete skákat jen do výšky dvou metrů a předbíhat třímetrovými kroky, rychlostí 40 km/h, traktory. Ale pozor. To vše až po důkladném tréninku. Nikdo učený z nebe nespádl. Ze sedmimílových bot je to snadnější...



Vícecolo- cena 149,-Kč/os, **akční cena 99,-Kč/os**

Jízda na bicyklu je prospěšná fyzické i duševní svěžesti a nabízí spoustu zábavy. Ovšem jízda na vícecyklu je mnohem zábavnější. Zkuste se třeba vsadit, se svým spolujezdcem v tandemu, o cokoliv bude chtít, že budete v cíli dříve než on...

Vzduchovky- cena 149,-Kč/os, **akční cena 89,-Kč/os**

Vážení, velevážení. Přistupte blíže, vystřelte své milé, krepové růže!!! Kolotočářskou střelnici u nás nemáme, ale vzduchovky a terče pro závody ve střelbě máme. Snad nedostanete tu jedinou s křivou muškou, která se mezi naše vzduchovky zamíchala.

Sportovní a relaxační aktivity

<http://www.zbraslavice.eu/sportoviste>

V areálu o rozloze 5 hektarů jsou venkovní sportoviště – 3 hřiště na volejbal (nohejbal), hřiště na plážový volejbal, na basketball, na malou kopanou. Louka uvnitř areálu je určena k dalším sportovním aktivitám.

Přímo v areálu jsou k dispozici dvě tělocvičny o podlahové ploše 70 a 160 m². Tělocvičny nejsou určeny k míčovým hrám. V nedaleké obci (1km) je k dispozici plně vybavená multifunkční hala, sokolovna i profesionální tenisové hřiště, které je možnost si pronajmout.

Areál je výchozím místem pro síť turistických stezek i cyklostezek. V zimním období můžete využít běžecké tratě.



Tipy na výlet

<http://www.zbraslavice.eu/vylety>

Město Kutná Hora * Romantický zámek Žleby * Empírový zámek Kačina s blízkou umělou gotickou zříceninou * Raně gotický hrad Český Šternberk * Hrad v Ledči nad Sázavou * Sázavský klášter * Zatopené mosty ve vodní nádrži Želivka

Zorganizujeme pro Vás

kompletní adaptační kurz: 16 let praxe !!!

Tým našich zkušených instruktorů pro Vás připraví na míru adaptační, nebo-li seznamovací kurz. Tyto kurzy jsou výbornou příležitostí, jak hravou a zábavnou formou stmelit nový kolektiv studentů, vytvořit pouto mezi studenty a jejich učiteli. Mnohem jednodušší a zábavnější je poznat nové spolužáky v přírodě i při hře, než ve školních lavicích.

Jaké jsou cíle adaptačního kurzu? Dosažení vzájemné spolupráce ve skupině, dosažení rychlejšího odhalení schopností a dovedností jak jedince, tak i skupiny, nalezení svého místa ve skupině, prevence proti šikaně, kriminalitě, alkoholismu.

Neváhejte nás kontaktovat, vytvoříme Vám nabídku na míru.

Nabídka standardního adaptačního kurzu:

První půlden:

Přivítání účastníků, oznámení proč tu jsou, co je cílem adaptačního kurzu, podmínky pobytu ve Zbraslavicích, podmínky střední školy,

Seznamovací hry na jména – cílem je vtipnou formou si zapamatovat jména spolužáků i kantora, hry vypovídají o charakteru jednotlivých žáků. Kombinace s dalšími informacemi (místo narození, výška, ...)

Sestavení pravidel komunikace ve třídě – sestavení třídního desatera, nejdůležitější výstup z adaptačního kurzu pro žáky, sami si sestaví 10 bodů s tím, že se všichni zaváží je respektovat a dodržovat. Pravidla jsou pak po dobu studia umístěna na nástěnce ve třídě.

Hry v interiéru / exteriéru podle počasí – počátek teamové práce



Druhý půlden:

Cross: naučně-poznávací aktivita mimo areál, kombinace fáborkované, orientačního běhu a GPS pochodu. Skupiny plní úkoly, luští tajenku a zároveň hrají hru Jak stařeček měnil až vyměnil



První večer:

Společná večere, svázaná celá skupina cca 15 lidí
Příprava divadla

Třetí půlden:

Teamové hry – cílem je spolupráce v kolektivu třídy, celkem 5 stanovišť, třídy obcházejí postupně všechna stanoviště.



Čtvrtý půlden:

Teamové hry – pro všechny najednou - hry na odreagování

Důvěrovky – cílem získávání důvěry v kolektiv, spolupráce ve třídě



Druhý večer:

Společná večeře, místo příborů pouze hůlky

Příprava divadla po večeři

Noční bojovka

Pátý půlden

Tarzan park

Turnaje - Volejbal, Nohejbal, Přehazovaná, Ping-pong

Teamové lyže



Šestý půlden

Divadlo – vyvrcholení aktivit studentů – přehlídka jejich nápadů, šikovnosti a talentu



Třetí večer

Oheň – opékání špekáčků, vyhodnocování soutěží i celého pobytu, hodnocení od instruktorů, učitelů, ale i od studentů. Rozdávání upomínkových předmětů. Alternativně **grilování** v altánu.