

Název: Letní soustředění mládeže

Místo a datum: D. Vltavice 27. 7. – 6. 8. 2017



Aktivita je finančně podpořena z dotačního programu Ministerstva obrany ČR **Příprava občanů k obraně státu**



Letní soustředění mládeže 2017

Letní soustředění mládeže bylo zahájeno 27.7. v 16:00 na základně Vodní záchranné služby v Dolní Vltavici pod vedením instruktorů Radka Tomana a Pavla Štěcha, zázemí nám zajišťovala Jitka Příbylová. Po přivítání všech účastníků jsme se vrhli na postavení stanů a vybudování přístřešku zajišťujícího nám ochranu před nepříznivými počasí při společných přednáškách. Jakmile bylo hotovo, čekala nás výborná večeře, po které následovala velice poučná přednáška o poslaní a vzniku Vodní záchranné služby v režii Zdeňka Šebesty.

Páteční ráno bylo zahájeno rozcvičkou zahrnující běh, silové disciplíny a plavání. Po vydatné snídani jsme se vrhli na prohlubování teoretických i praktických znalostí týkajících se první pomoci. Největší důraz byl kladen na zvládnutí život zachraňujících postupů a sice zástavě masivního krvácení a základní neodkladné resuscitace. Po odpoledním klidu jsme si ukázali techniky umožňující vyvléci se ze sevření tonoucího, jak ho bezpečně odtáhnou ke břehu a způsoby dopomoci unavenému plavci. Jakmile si všichni osvojili teorii, vrhli jsme se do vody na praktický nácvik. Všem to šlo velice dobře, největší překážkou se ukázala studená voda pohybující se okolo 18°C. Nebylo to však nic s čím by si neporadil hrnek horkého čaje. Večer byl vyplněn přednáškou od Petra Horváta týkající se základů přežití, které nás mělo čekat hned v následujících dnech.

Po sobotní rozcvičce a snídani si všichni vyzkoušeli rozdělání ohně pomocí křesadla, postavení přístřešku a mnoho dalších věcí ze základů přežití, o kterých se dozvěděli ve včerejší přednášce. Důraz byl kladen na správné zabalení batohů a jejich nastavení na zádech. Vše probíhalo pod zkušeným dohledem Mariuse Bárty. Po obědě bylo zahájeno dvoudenní přežití s řešením modelových situací. První úkol spočíval v přesunu na mořských kajacích z Dolní Vltavice do Rakouské zátoky, kde všichni museli vylézt přímo z lodě po visací síti na 5 m vysoký most. Po zdolání této překážky začal pěší přesun podle mapy. Druhým úkolem bylo nalézt opuštěný objekt nedaleko Kyselova, kde frekventanti museli poradit s resuscitací dospělého muže. Dalším cílem bylo prozkoumat bývalou rotu pohraniční stráže, kde našli muže s poraněním páteře, po jeho zafixování do vakuové matrace a transportu do bezpečného prostoru byl úkol splněn. Teď už zbýval pouze přesun na místo bivaku a postavení přístřešků. Jakmile bylo hotovo, čekalo nás opékání buřtů a zahnání večerního hladu.

Neděle se tentokrát obešla bez rozcvičky. Místo toho se všichni věnovali úklidu místa, kde jsme strávili noc tak, aby po nás nic nezůstalo. Jakmile bylo hotovo, následovala krátká snídaně a po ní pěší přesun na Kyselov, kde už na všechny čekali mořské kajaky. Po návratu na základnu, vyčištění lodí, vybalení batohů a opláchnutí špíny a potu nás čekal zasloužený oběd a odpočinek. V odpoledních hodinách jsme se věnovali aktivitám ve vodě, neboť počasí přálo a teplota vody byla čím dál tím více snesitelná. Po večeři se děti naučili několik dalších uzlu a procvičili si ty staré. Věnovali jsme se také problematice hyperventilace a dalším rizikům při potápění na nádech.

Pondělní ráno bylo opět zahájeno rozcvičkou rozvíjející jak vytrvalost, tak i sílu. Celý den byl věnován přípravám na složení zkoušek Z6 / Z7. Opakovali jsme již naučené techniky sebeobranu a snažili se vyladit veškeré nedostatky. Nechybělo ani opakování první pomoci, zejména základní neodkladné resuscitace. Samozřejmostí je mnoho naplavaných metrů a večerní uzlování.

Na úterý byl naplánován celodenní výlet na kolech, ten však byl odložen kvůli příliš vysokým teplotám, které nakonec dosahovali až 38°C. Po krátké rozcvičce byl proto den věnován především vodním aktivitám, a to zejména ovládnutí plavidel – kánoe, kajaku, pramice a raftu, který jsme se naučili o obracet v případě převržení na divoké vodě. Zdokonalovali jsme se také v použití záchranných pomůcek – házečí pytlík, míč, podkova a pás.

Ve středu již teploty klesly ke snesitelným hodnotám, a tak jsme se tedy hned po rozcvičce a snídani vydali na celodenní cyklovýlet. Naše trasa vedla lesními cestami přes Milnou do Frymburku, kde se děti pobavily vodními atrakcemi v zábavném parku. Jakmile jsme se napojili na Lipenskou cyklostezku, jelo se všem o dost lépe, a tak na sebe další zastávka v Lipně nad Vltavou nedala dlouho čekat. Po přejetí hráze jsme zamířili na Přední Výtoň, Frýdavu a Kyselov, kde jsme se po chvilce čekání nalodili na přívoz, který nás odvezl zpět na základnu. Všechny čekal už jen zasloužený odpočinek, neboť jsme za celý den ujeli více jak 55 km.

Čtvrtek byl vyplněn výletem na mořských kajacích a kánoích do Černé v Pošumaví. Ranní rozcvičku nám nahradila plavidla a snídani jsme si užili na klidné lipenské hladině. Po vylodění jsme zamířili do Adventure parku, kde i ti nejmenší zdolali obtížnou lanovou dráhu. Po výborném obědě v hotelu Racek jsme zamířili do kempu Jestřábí, kde jsme strávili zbytek odpoledne. Po návratu na základnu, opět na lodích, jsme se věnovali závěrečnému opakování probraných tématik a přípravě na zítřejší zkoušky.

V pátek nás po rozcvičce a snídani čekali teoretické zkoušky na získání kvalifikací Z7 / Z6. Formou testu byly prověřeny znalosti účastníků soustředění ze všech probraných tematik. Teoretickou zkoušku se nepodařilo splnit pouze dvěma nešťastníkům, kteří si však nepovedený test budou moci opravit na některém dalším víkendovém soustředění. Zbytek dne byl věnován především přípravě na zítřejší Mezinárodní plavecké závody.

Sobotní ráno bylo opět zahájeno rozcvičkou, tentokrát nijak náročnou, aby se závodníci zbytečně nevysilovali. Po snídani jsme podnikli krátký výlet po okolí a celé dopoledne jsme věnovali kolektivním hrám. Po obědě a zahájení Mezinárodních plaveckých závodů se již všichni účastníci soustředění připravovali na brzký start. Podle věku je čekali tratě 500, 1000 a 1500 metrů. Všichni si vedli na výbornou a spousta našich malých závodníků dosáhlo skvělých výsledků. Večer probíhala v Dolní Vltavici diskotéka, kterou si všichni přítomní velice užili.

Poslední den soustředění byl věnován závěrečnému vyhodnocení letního soustředění mládeže, předání certifikátů a drobných odměn pro nejlepší. Poté následoval úklid všech využívaných prostor. Celé soustředění bylo ukončeno v 15:00 odjezdem posledních účastníků.

Celé soustředění mládeže proběhlo hladce a bez komplikací. Rád bych poděkoval všem, co se na letním soustředění podíleli a přispěli tak k jeho realizaci, především Jitce Příbylové za perfektně připravené zázemí.

Zpracoval Bc. Pavel Štěch, 20. 8. 2017

Soupis účastníků soustředění:

Beneš Štěpán
Hájková Dora
Hajsák Tomáš
Hojer Jan
Jurný Pavel
Kozáková Kristýna
Kozáková Tereza
Macková Monika
Macková Michaela
Mačudová Klára
Michalecký Adam
Moravčík Pavel
Patč Antonín
Patč Václav
Patčová Alena
Řeháčková Kristína
Smetanová Petra
Svoboda Michal
Svoboda Tomáš
Šesták Štěpán
Špeilová Hana
Toman Radek
Tomanová Amálie

Instruktoři soustředění:

Bc. Pavel Štěch
Radek Toman