



## KARTA PLNENIA ODBORKY

# CYKLISTA

Meno: \_\_\_\_\_

Inštruktori: \_\_\_\_\_

### Zelený stupeň

Podmienka	Dátum splnenia	Podpis inštruktora
1. Prešiel som za jeden deň aspoň 50 km na bicykli.		
2. Zorganizoval som družinový celodenný bicyklový výlet alebo bicyklové rallye.		
3. Dokázal som, že poznám pravidlá cestnej premávky pre cyklistov (spravil som kvíz, prezentáciu a pod.).		
4. Nastavil som si sám brzdy a prehadzovače, opravil defekt a urobil iné drobné opravy.		
5. Predviedol som poskytovanie prvej pomoci pri zranení cyklistu v premávke, viem čo je treba robiť pri dopravnej nehode.		
6. Najazdil som na bicykli aspoň 500 km.		
<b>Zelený stupeň som získal:</b>		

### Červený stupeň

Podmienka	Dátum splnenia	Podpis inštruktora
1. Prešiel som za deň aspoň 50 km po horách alebo aspoň 80 km po asfaltovej ceste.		
2. Rozmontoval som bicykel, všetko som vyčistil, opäť namazal, poskladal a nastavil, vycentroval som si kolesá.		
3. Zorganizoval som viacdňovú cyklistickú expedíciu. Naplánoval som trasu, vopred pripravil dĺžky denných etáp podľa terénu, počasia a veku účastníkov, určil som prevýšenia a oddychové miesta. Počas výpravy som ostatným radil a pomáhal.		
4. Splnil som jeden bod z nasledovných: a) poradil som niekomu pri kúpe bicykla; b) urobil som porovnanie cien a kvality častí cyklistickej výbavy od rôznych výrobcov a značiek; c) uverejnil som do skautského časopisu článok o bicykloch.		
5. Spravil som si vlastnú cyklomapu okolia s obľúbenými trasami.		
6. Najazdil som aspoň 1000 km.		
<b>Červený stupeň som získal:</b>		



## KARTA PLNENIA ODBORKY

# CYKLISTA

Meno: \_\_\_\_\_

Inštruktori: \_\_\_\_\_

### Zelený stupeň

Podmienka	Dátum splnenia	Podpis inštruktora
1. Prešiel som za jeden deň aspoň 50 km na bicykli.		
2. Zorganizoval som družinový celodenný bicyklový výlet alebo bicyklové rallye.		
3. Dokázal som, že poznám pravidlá cestnej premávky pre cyklistov (spravil som kvíz, prezentáciu a pod.).		
4. Nastavil som si sám brzdy a prehadzovače, opravil defekt a urobil iné drobné opravy.		
5. Predviedol som poskytovanie prvej pomoci pri zranení cyklistu v premávke, viem čo je treba robiť pri dopravnej nehode.		
6. Najazdil som na bicykli aspoň 500 km.		
<b>Zelený stupeň som získal:</b>		

### Červený stupeň

Podmienka	Dátum splnenia	Podpis inštruktora
1. Prešiel som za deň aspoň 50 km po horách alebo aspoň 80 km po asfaltovej ceste.		
2. Rozmontoval som bicykel, všetko som vyčistil, opäť namazal, poskladal a nastavil, vycentroval som si kolesá.		
3. Zorganizoval som viacdňovú cyklistickú expedíciu. Naplánoval som trasu, vopred pripravil dĺžky denných etáp podľa terénu, počasia a veku účastníkov, určil som prevýšenia a oddychové miesta. Počas výpravy som ostatným radil a pomáhal.		
4. Splnil som jeden bod z nasledovných: a) poradil som niekomu pri kúpe bicykla; b) urobil som porovnanie cien a kvality častí cyklistickej výbavy od rôznych výrobcov a značiek; c) uverejnil som do skautského časopisu článok o bicykloch.		
5. Spravil som si vlastnú cyklomapu okolia s obľúbenými trasami.		
6. Najazdil som aspoň 1000 km.		
<b>Červený stupeň som získal:</b>		