

TREKOVÉ A TURISTICKÉ ZÁJEZDY S AUTOBUSOVOU DOPRAVOU – OBECNÉ INFORMACE

Tyto **Obecné informace** jsou přílohou **Podrobných pokynů k zájezdu**.

Adventura, 20. 2. 2024

SRAZ ÚČASTNÍKŮ - NÁSTUPNÍ MÍSTA

Popis všech nástupních míst včetně odkazů na mapy.cz naleznete na našich [webových stránkách](#).

Hlavní odjezdové místo je Praha-Sídliště Stodůlky <https://mapy.cz/s/labugunano>. Jedná se o málo využívanou autobusovou smyčku, místo je vzdáleno 400 m od stanice metra Luka (trasa B). Pro příjezd autem je v okolí několik možností volného parkování, případně i několik placených parkovišť. Vezměte prosím na vědomí, že nejbližší WC jsou u stanice metra Luka. Pokud k autobusu budete přijíždět osobním autem, využijte k vyložení věcí odstavného pruhu u přilehlé silnice, neboť na místo stání je zákaz vjezdu s výjimkou autobusu.

Jiné odjezdové místo, než je Praha, je třeba předem nahlásit na travel@adventura.cz (pokud jste ho již nevedli ve Smlouvě o zájezdu).

CESTOVNÍ DOKLADY

Bližší informace ke konkrétní zemi můžete nalézt v příloze Podrobné pokyny. Obecně u evropských zájezdů platí, že potřebujete pouze cestovní pas s minimální platností po dobu pobytu v zahraničí, nebo do zemí EU a zemí Schengenského prostoru jen občanský průkaz typu identifikační karty (pouze se strojově čitelnými údaji) s minimální platností po dobu pobytu v zahraničí. Občanský průkaz uznává jako dostatečný dokument i většina dalších evropských zemí, zejména země Balkánu.

Děti mohou cestovat jen s vlastním cestovním dokladem!!! Nejnovější informace naleznete na: www.mzv.cz

Občané zemí mimo EU zodpovídají sami za zajištění případných víz.

Vezměte si i kartičku pojištění vaší české zdravotní pojišťovny!

POJIŠTĚNÍ

Cena zájezdu **zahrnuje balíček cestovního pojištění** a zákonné pojištění pro případ úpadku CK. Oba tyto druhy pojištění má CK ADVENTURA zajištěny u pojišťovny UNIQA.

Balíček cestovního pojištění zahrnuje: pojištění léčebných výloh, asistenční službu, úrazové pojištění, pojištění odpovědnosti za škodu na zdraví a věci třetí osoby a pojištění storna zájezdu. Toto pojištění kryje i rizika spojená s provozováním všech sportovních aktivit na našich zájezdech – tzn. že není nutné uzavírat speciální sportovní připojištění!

Kartičku s číslem pojistky obdržíte při odjezdu od průvodce.

Rozsah tohoto pojištění: pojištění léčebných výloh – plnění až do výše 5 000 000 Kč; pojištění asistenčních služeb – do 5 000 000 Kč; pojištění smrti následkem úrazu – do 300 000 Kč; trvalých následků úrazu – do 600 000 Kč; odpovědnosti za škodu – do 5 000 000 Kč; pojištění storna zájezdu – 80 % ze stornovacích poplatků do max.

částky 25 000 Kč, pojištění zachraňovacích nákladů – do 1 500 000 Kč. (Pojištění storna se vztahuje na zrušení zájezdu z důvodu vážného akutního onemocnění nebo úrazu, smrti, závažného násilného trestného činu či při podstatné škodě na majetku z důvodu živelní události.)

V případě, že budete mít zájem o více informací, pošleme na vyžádání leták se Všeobecnými pojistnými podmínkami pro cestovní pojištění, které zároveň naleznete i na našich webových stránkách.

Když budete nuceni využít služeb lékaře na místě, **vždy ukazujte kartičku s číslem pojistky** a s kontaktem na asistenční službu, kterou dostanete při odjezdu od průvodce! Nezapomeňte zavolat i na asistenční službu a oznámit jí vaše zranění nebo důvod návštěvy lékaře, aby v případě, že vám dopošlou fakturu za služby, o této záležitosti pojišťovna věděla a dala se úhrada u ní nárokovat. Doporučujeme s sebou mít i kartu domácí zdravotní pojišťovny, která je opatřena znakem Evropské unie. Obvykle to zjednoduší procedury ohledně případného placení zákroků na místě po úrazu. Podrobnější informace naleznete na www.adventura.cz/pojisteni.

AUTOBUSOVÁ DOPRAVA

Téměř výhradně jezdíme autobusy ve standardní dálkové úpravě s polohovatelnými sedadly. Na každý zájezd připravujeme zasedací pořádek. Vaším požadavkům při přihlášení se budeme snažit vyhovět, ne vždy je to však v našich silách. V případě menšího počtu klientů si vyhradíme právo zajistit přepravu minibusem nebo mikrobusem. Maximální čekací doba na odjezdech je pro opozdilce 15 minut. Jízda bude přerušována minimálně, budeme dělat povinné bezpečnostní přestávky po asi 3–4 hodinách na 30 minut. Častější přestávky velmi zdržují jízdu a ohrožují přesun vzhledem k předpisům AETR, proto přizpůsobte hlavně svůj pitný režim.

V autobuse není Wi-Fi, ani zásuvky pro dobíjení.

Autobus bude po dojezdu do místa noclehu ve stanovenou dobu uzavřen (obvykle 1–2 hod. po dojezdu dle dohody). Prosíme, abyste tento režim respektovali.

Poznámka: rychlost jízdy autobusu s vlekem je omezena předpisy např. v Rakousku dosti citelně – na dálnici smí jet max. rychlostí 80 km/h, což značně prodlužuje dobu jízdy.

DOPORUČENÉ VYBAVENÍ

Aby byl váš zážitek z pobytu v přírodě co nejlepší a nejpříjemnější, je potřeba se vhodně obléknout. V horách s batohem na zádech býváme vystaveni mnoha vlivům, které mohou snižovat náš komfort. Vítr, déšť, sníh, ale také náš vlastní pot. A udržení si ideálního tepelného komfortu je alfabou a omegou pobytu v přírodě a v horách.

Abychom se udrželi v suchu a v teple, je proto ideální oblékat se dle takzvaného cibulového (vrstvicího) principu:

1. vrstva (odvod potu):

První vrstva má jednoznačně daný úkol: co nejlépe a co nejrychleji dostat pot od vašeho těla. Je tedy na místě zvolit funkční prádlo, které bude dobře odvádět pot a rychle schnout. Pokud se chystáte na aktivity v hodně potivém a teplém prostředí, je vhodné zvolit syntetické funkční prádlo, například od firem Craft nebo Sensor. Syntetika velmi rychle schne a rychle odvede pot. Pokud je však vlhká, tak chladí (až studí) a při delším nošení rychle přejímá pachy. Pro méně „potivější“ aktivity a pro chladnější prostředí je naopak mnohem vhodnější prádlo z merino vlny. Jde o velmi jemnou vlnu ze zvláštního plemene, která nekouše, dobře odvádí pot i schne, a navíc i při dlouhodobém nošení nepřijímá pachy. Když je vlhká, chladí výrazně méně než syntetické materiály.

2. vrstva (izolace):

Druhá vrstva by měla stále nabízet dobré schopnosti odvodu vlhkosti, zároveň by měla být schopna zadržovat okolo těla určitý objem vzduchu a tím pádem izolovat. Klasickým zástupcem druhé vrstvy jsou takzvané fleecy bundy (mikiny). V dnešní době doporučujeme vyšší gramáž merino vlny nebo techničtější typy fleecy materiálů, jako např. Polartec PowerStretch, Thermolite nebo Technostretch. Takový fleecy je z vnější strany hladký a nežmolkuje, z vnitřní strany je příjemně „počesaný“, a tím pádem dobře izoluje.

3. vrstva (ochranná vrstva):

Třetí vrstva je jakýmsi kompromisem mezi vrstvou druhou a čtvrtou. Patří sem primárně výrobky z materiálu, kterému se říká SoftShell. Jde o materiál, který obstojně odvádí pot, na druhou stranu je ovšem velmi dobře větruodolný a ochrání svého uživatele i před značnou dávkou vlhka v podobě deště či sněžení. Můžete narazit na varianty s membránou (WindStopper, Dermizax, NoWind), které budou velmi dobře odolávat větru i dešti, ale budou hůře prodyšné. Pokud se tedy věnujete aktivnějším sportům, případně se více potíte, sáhněte raději po softshellu bez membrány.

4. vrstva (nepromokavá vrstva):

Aby Vaše ochrana proti vnějším vlivům byla kompletní, je zapotřebí být vyzbrojený i poslední, nepromokavou (ale stále prodyšnou) vrstvou. Variant je zde celá řada, ovšem pokud to s pobytem v přírodě myslíte vážně, nemělo by se na této části výbavy šetřit. Pokud vlastníte softshellové oblečení, bude Vám stačit lehký záložní nepromokavý komplet (bunda a kalhoty, ty jsou stejně důležité), například z materiálů Gore-Tex Paclite či Gore-Tex ActiveShell, případně jiné alternativy. Pokud ovšem vyrážíte na delší a náročnější cesty, bude vhodné zvolit bundu a kalhoty z mechanicky odolnějších materiálů. K těm patří například Gore-tex Pro, Gore-Tex Performance, Dermizax, BlocVent a podobně. Dle zamýšlené aktivity pak musíte zvolit střih bundy, velikost kapuce (použití přilby), hmotnost a sbalitelnost.

5. vrstva (drtič mrazu):

Budete-li se pohybovat i ve vyšších výškách (či nízkých teplotách), je velmi vhodné se vybavit i kvalitní izolační vrstvou, a to buď z peří, nebo ze syntetických vláken. Ujistěte se, jakým způsobem budete chtít takovou vrstvu nosit. Existují lehké zateplovací vesty/bundy/svetry z peří či syntetiky, které můžete obléknout pod bundu, nebo můžete zvolit klasické péřové bundy, které budete nosit přes všechno oblečení. Jestli zvolit péřovou, nebo syntetickou výplň, je jen na vás. Péřová bude lehčí a sbalitelnější, lépe zahřeje, ale pokud zmokne, už vás nezahřeje. Syntetická náplň (Climashield, Primaloft) bude objemnější a pravděpodobně vás nezahřeje tolik, ale voda jí moc vadit nebude a nebudete se o ni muset tolik starat.

ZDRAVOTNÍ PŘÍPRAVA

Programu se každý účastní na vlastní nebezpečí. Doporučujeme včas před cestou absolvovat zdravotní prohlídku u svého praktického lékaře a rovněž kontrolu u zubaře. **Počítáme s tím, že každý z vás bude mít osobní lékárničku minimálně s následujícím obsahem:**

- lék na teplotu, lék na bolest, lék na střevní potíže a lék na alergickou reakci,
- desinfekci,
- mast na bolest kloubů a svalů,
- kapky do nosu a očí,
- náplast „cívka“ a náplast „polštářková“,
- obinadlo elastické (6 cm) a obvaz hotový č. 3–4,
- umělé stehy (steri-strip), sterilní polštářky (10x10 cm),
- léky, které pravidelně užíváte a které byste mohli použít vzhledem k občasným obtížím.

U zájezdů mimo rychlý dosah lékařské péče zvažte, zda si nenechat od lékaře předepsat širokospektrá antibiotika (zejména pro respirační systém) a antibiotikovou mast do očí.

Upozornění: Prosíme vás, abyste ve svém vlastním zájmu informovali v dostatečném předstihu naši CK o svém zdravotním stavu, především o závažných onemocněních či zdravotních i stravovacích omezeních (např.

diabetes, epilepsie, roztroušená skleróza, slabé srdce, velmi vysoký krevní tlak, silná alergie ap., ale i duševní poruchy) či o předpokládaném užití potenciálně nebezpečných léků (např. heparin) tak, abychom mohli včas připravit vašeho průvodce na možné komplikace, a zajistili tak maximální bezpečnost vaši i celé skupiny (tyto informace podléhají zákonu o ochraně osobních údajů a nebudou předávány třetí straně).

OČKOVÁNÍ

Důrazně doporučujeme základní očkování pro cesty do odlehlejších končin světa, tedy překontrolovat si očkování proti tetanu a případně absolvovat očkování proti hepatitidě A či kombinované proti hepatitidě A a B. Detailní informace k očkování poskytují krajské hygienické stanice, nebo je naleznete na našich webových stránkách: <https://www.adventura.cz/informace/o-zajezdech/ockovani/>.

Informace ohledně očkování, které je povinné pro jednotlivé destinace, najdete v **Podrobných pokynech** k danému zájezdu.

FOTOGRAFIE A VIDEO Z NAŠICH/VAŠICH CEST – UPOZORNĚNÍ

Fotografie a videa jsou jednou z nejkrásnějších památek z cest a dovolených. Adventura si vždy zakládala na tom, že většina snímků publikovaných v našich katalogích, na webových stránkách i propagačních materiálech byla pořízena na našich zájezdech, a to našimi zaměstnanci, průvodci, ale i vámi, našimi klienty.

Rádi bychom s vámi i nadále sdíleli společné vzpomínky a zážitky. Pokud byste si výslovně nepřáli být zachyceni na společných zájezdových fotografiích, sdělte tuto skutečnost laskavě hlavnímu průvodci na začátku zájezdu a my vaše stanovisko budeme plně respektovat.

Zpracování fotografií a videí nespadá pod GDPR, protože nepřihazujeme k fotografiím a videozáznamům další údaje o zaznamenaných. Touto výzvou reagujeme na §84 a §85 Občanského zákoníku.

DRONY

Cestování s dronem může být v některých zemích značnou komplikací, proto budeme rádi, když se bez něj na našem cyklozájezdu obejdete. Pokud byste jej i přesto chtěli s sebou brát, je nutné tuto skutečnost včas konzultovat s garantem zájezdu.

PŘÍLOHY

Podrobné pokyny k zájezdu