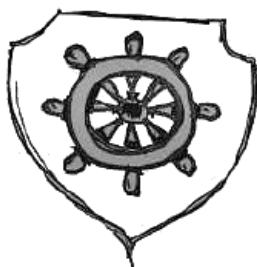


LODNIÍK

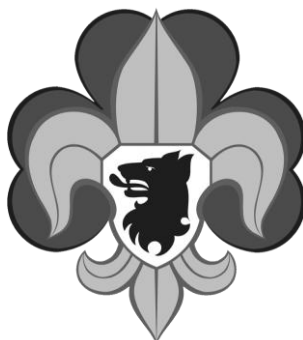


KAMARÁDE,

PRÁVĚ OTVÍRÁŠ PRVNÍ STRÁNKU SEŠITU, KTERÝ TI MÁ USNADNIT NELEHKOU POUŤ PŘI PLNĚNÍ ZKOUŠKY LODNÍK, NA NÍŽ SES ROZHODL VYDAT. SEŠIT SE TAK STÁVÁ POKRAČOVÁNÍM PŘEDEŠLÉHO SEŠITU "PLAVČÍK". Z VLASTNÍ ZKUŠENOSTI TI MOHU ŘÍCI, ŽE SPOUSTU VĚCÍ, KTERÉ POZNÁŠ PŘI PLNĚNÍ ZKOUŠEK LODNÍKA, ORLÍCH PER ČI JINÝCH, URČITĚ UPLATNÍŠ I V DOBĚ, KDY BUDEŠ ODDÍL NAVŠTĚVOVAT JEN VE VZPOMÍNKÁCH, PŘI PROHLÍŽENÍ SVÉHO DENÍKU, KRONIK NEBO PŘI BRÁZDĚNÍ DIVOKÝCH ŘEK.

JIŽ DÁVNO NEJSI NA STARTOVNÍ ČÁŘE, NEBOŤ TVÉ ÚSPĚŠNÉ ZAKONČENÍ "PLAVČÍKA" TĚ POSUNULO MNOHEM DÁL, A TAK MNĚ UŽ NEZBÝVÁ NIC JINÉHO, NEŽ POPŘÁT

Štastnou plavbu



LODNIK

ODDÍLOVÁ ČÁST4

<i>Slib</i>	4
<i>Docházka 100%</i>	4
<i>Oddílová vlajka</i>	4
<i>Historie skautingu</i>	6
<i>Kronika oddílu</i>	8
<i>Příprava nováčka ke zkoušce plavčička</i>	8

VODÁCTVÍ.....9

<i>Názvoslovní řeky</i>	9
<i>Vodočet, limnigraf</i>	10
<i>Stupně obtížnosti řek</i>	10
<i>Kilometráž</i>	12
<i>Překážky na tocích</i>	13
<i>Druhy pádel</i>	14
<i>Oprava lodí a pádel</i>	15
<i>Zabezpečení proti potopení</i>	15
<i>Sjetí obtížného úseku (C2; P5)</i>	16
<i>Sezení v lodích (K1; C2)</i>	16
<i>Základní záběry (K1; C2)</i>	17
<i>Vodácké pozdravy</i>	20

TÁBORNÍCTVÍ.....21

<i>Příprava dvoudenní akce</i>	21
<i>Stavby dvou ohnišť</i>	22
<i>Příprava dvou jídel</i>	24
<i>Lod'ový úvaz a osmička</i>	24
<i>Kapesní nůž</i>	25
<i>Kimovka (18 z 20)</i>	26
<i>Sitňovka (10 z 10)</i>	26
<i>Morseovka vysílat a přijímat</i>	26
<i>Stavba jehlanu a stanu</i>	27

ZDRAVOVĚDA.....28

<i>Ošetření povrchových zranění</i>	28
<i>Přivolání první pomoci</i>	28

ORIENTACE V PŘÍRODĚ.....29

<i>hodinek</i>	29
<i>hvězd</i>	29
<i>Zorientování mapy</i>	30
<i>busoly</i>	30
<i>znaků v přírodě</i>	31
<i>Znalost 5-ti souhvězdí</i>	32
<i>Určit 50 rostlinek</i>	33

ODDÍLOVÁ ČÁST

Slib

Junácký slib

„Slibuji na svou čest jak dovedu nejlépe:

- sloužit nejvyšší Pravdě a Lásce věrně v každé době.
- plnit povinnosti vlastní a zachovávat zákony junácké.
- duší i tělem být hotov pomáhat bližnímu.

Tak přísahám!“ (u věřících: K tomu mi dopomáhej Bůh) “.

JE DŮLEŽITÉ NEJENOM ZÁKONY ZNÁT, ALE SE JIMI TAKÉ ŘÍDIT!!!

Junácké zákony

1. Junák je pravdomluvný.
2. Junák je věrný a oddaný.
3. Junák je prospěšný a pomáhá jiným.
4. Junák je přítelem všech lidí dobré vůle a bratrem každého skauta.
5. Junák je zdvořilý.
6. Junák je ochráncem přírody a cenných výtvorů lidských.
7. Junák je poslušný rodičů, představených a činovníků.
8. Junák je veselý myslí.
9. Junák je spořivý.
10. Junák je čistý v myšlení, slovech i skutečích.

Docházka 100%

Oddílová vlajka

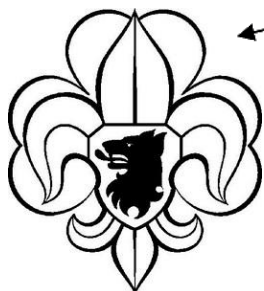
- 1.strana : Lilie (obrázek uprostřed – barvy žlutohnědé)
Junák; buď připraven (nápisy pod a nad obrázkem)
- 2.strana : Kotva s kormidlem o 8 loukotích (obrázek uprostřed)
Hraničář, Karviná (nápis)
- Barvy : Lemování vlajky (bledě modré)
Podklad (hnědý)



Symbolika

Lilie

- Symbol Junáka, který se od 14. století používal jako symbol míru a čistoty (používala se v královských erbech, na větrné růžici).
- Ve světovém skautském hnutí znamená jistotu správného směru, a jistotu skauta, že jeho pouť životem pod znamením lilie bude úspěšná.



prostřední ze tří listů značí hrot magnetické střelky, vyjadřuje, že skaut jde vždy přímo (životem jde nebojácně vstříc všem úkolům).

nepokoušíme se úkoly obcházet, když cesta odbočuje vpravo či vlevo (stáčí se vždy zpět – další listy lilie)

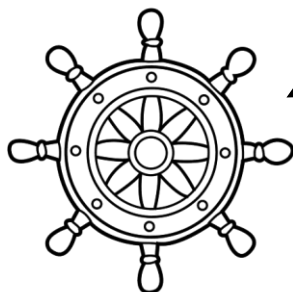


Čeští skauti mají uprostřed lilie chodský znak – bílý štítek s černou psí hlavou od Mikuláše Aleše.



Kotva

- se třemi hroty (tři body slibu)
- symbol přátelství, naděje a vytrvalosti



Kormidelnické kolo

- má osm loukotí (v minulosti měl oddíl 8 bodů zákona)

Historie skautingu

Na začátku 20. století vzniklo ve dvou státech nezávisle na sobě světové skautské hnutí. V roce 1902 Erstn Thomson Seton zakládá v USA "The weddert league of America" Ligu lesní moudrosti hlásající návrat k přírodě, poznávání přírody a pobyt v ní. V roce 1908 v Anglii zakládá lord **Robert Baden Powell** Scout. Je to však polovojenská organizace v níž využívá své zkušenosti, které nabyl v britské armádě v Indii. Když organizoval výchovu hochů, pěstoval u nich vlastnosti scotů (zvěd, pátrač, průzkumník): bystrost, důvtip, schopnost úsudku, paměti a vlastnosti inteligentního pozorovatele přírody.

Za zakladatele českého skautingu – Junáka je považován **Antonín Benjamín Svojsík**, který skauting z Anglie přivedl do českých zemí v letech (1911-1912).

Junák v České, dříve Československé republice měl své vývojové zvláštnosti, kterými za dobu své existence prošel. Jednalo se zejména o potlačení a zakázání činnosti Junáka. Nejdříve za okupace Hitlerovského Německa, kdy byl skauting zakázán takřka pro celou Evropu. Později zase za doby komunistické diktatury těsně po II. světové válce a sloučen do jiných organizací. V letech 1968-1969 se ukazuje, že by junák mohl v CZ opět povstat a zase „ožít“, společnost se začíná v mnoha místech bouřit a totalitní režim v té době vypadal na „spadnutí“.

Opak se však stal pravdou, pár skautských oddílů sice zahájilo zase svou činnost, ale následná násilná, vojenská okupace vojsk varšavské smlouvy v roce 1969 všechny svobodné činnosti v Českých zemích zakázala včetně Junáka. A tak byl Junák v Česku zakázán už po třetí. Mnoho tehdejších oddílů začalo svou činnost provádět tajně, pod oddíly pionýrskými a TOM (turistický oddíl mládeže).

Junácké hnutí, ale opět bylo zahájeno dne 28. 12. 1989 a oficiálně na ministerstvu vnitra zaregistrováno. Začal opět vycházet Junácký časopis, literatura, prodej skautských krojů a mnoho dalších věcí, které byli tehdejším režimem zakázány.

Skauting se tak opět stává svobodným hnutím, které spojuje děvčata i hochy dobré vůle. Je to hra plná smíchu a překvapení, společenských činností, úspěchů i porážek, ale také povinností a cílů pomáhat a vychovávat mladé lidi.



Kronika oddílu

Veškerá oddílová činnost má svou budoucnost, přítomnost a minulost. V našem oddíle se pro zaznamenávání významných oddílových akcí vedou kroniky. Časem z takových kronik vznikají „knihy“, které jsou historickou součástí oddílu a jejich hodnota je „nevyčísitelná“. Oddílové kroniky se nikdy nepůjdou domů, jsou tak neustále přístupny na loděnici všem čtenářům.

V oddílových kronikách lze najít a vyčíst spoustu podnětu a nápadů pro oddílovou činnost. Kronika je takovým srdcem oddílu, neboť po letech se vždy nad jejími stránkami rádi zastavíme a vzpomene na ty chvíle, které měl každý tolik rád.

Vyber si tak jednu z oddílových kronik, kterou si přečteš. Potom o kronice povyprávěj kapitánovi.

Příprava nováčka ke zkoušce plavčíka

Možná už uběhlo v řece hodně vody od doby, kdy jsi nastoupil do oddílu. Vzpomeneš-li si na svoje první měsíce v oddíle byl jsi nováček, který neuměl spoustu věcí (byl jsi takovým „GREENHORNEM“). Ale vždy Ti byl někdo na blízku, kdo tě oddílovým životem a celou činností provázel. Teď už nastala ta chvíle, kdy i ty si důležitou součástí a měl bys předávat své dovednosti a zkušenosti mladším a nezkušeným nováčkům.



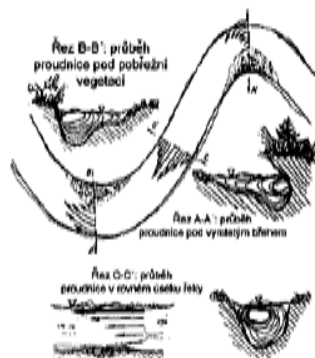
VODÁCTVÍ

Názvosloví řeky

Popsat řeku není vůbec jednoduchý úkol natož pochopit co je tím myšleno... Vodáci se často mezi sebou dorozumívají, pro běžné „suchozemce“, neznámou řečí. Jedná se o výrazy, které „jasně“ určují co mají na mysli. Hlavně tím popisují řeku a vše co se vodáctví týče. Ne vždy, si ale všichni rozumíme příkladem tomu může být pravý a levý břeh. Z jaké strany jej určit? Vždy po proudu! Zcela jistě zde nelze doslovně popsat všechna názvosloví řeky. Proto, aby jej vodák dobře pochopil jej musí nejlépe vidět a sám si urovnat.



Řeka má svůj **pramen**, své **přítoky**, **horní tok** (ten bývá zpravidla nejdivočejší a pro vodáky nejpřitažlivější), **střední tok** (zde se už vyskytují obydlí nebo přehrady), **dolní tok** (ten je v mnoha případech nejvíce ekologicky zatížen a voda je zde už klidnější) a **ústí řeky** (myšleno místo, kde se řeka „vlévá“-ústí do dalšího toku). Řeka má také svůj **průtok** $Q[m^3]$ je jiný na horním toku a podstatně vyšší na toku dolním. Řeka má dále svou **délku toku** $l[km]$ a také **rychlost proudění vody** $V[ms]$.



Vodní tok nám dále „teče“ **meandruje** „klikat“**krajnou vytváří měčiny a mnoho druhů přeří.** Často při povodních působí velké škody, proto jsou řeky regulovány **vodním dílem (přehrady, protipovodňové hráze, zábrany a navigace** - kolem řek aby nám nevytvářely meandry). Při sjezdu řek se také setkáváme s **překážkami na tocích umělými a přírodními.**

Využij jejich znalost a popiš jej neboť i toto je součástí bohatého názvosloví řek.

Vodočet, limnigraf

Pro zjištění vodních stavů se používají speciální měřicí „přístroje“ tzv. vodočet a limnigraf.

Vodočet je smaltované nebo plastové měřidlo zabudované svisle popřípadě šikmo na břehu vodního toku. Umožňuje odečítání výšky hladiny po dvou centimetrech.

Limnigraf – je speciální přístroj pro měření průtoků a stavů na vodním toku. Tento přístroj zaznamenává stav vodní hladiny po dobu 24 hodin. Skládá se z válce a plováku na válec je pak zapisován aktuální stav a průtok na řece. Záznam však je k dispozici pouze Hydrometeorologickému ústavu. Pro vodáckou veřejnost jsou důležité pevné vodočty. V jednotlivých průvodech a kilometrážích řek, jsou uváděny minimální údaje o sjízdnosti na vybraných vodočtech.



Obrázek vodočtu a limnigrafu

Stupně obtížnosti řek

Obtížnost vodního toku, či jeho úseku bývá určena celou řadou faktorů, které nám udávají, zda je popisovaný terén sjízdný či nesjízdný.

Nejdůležitější z těchto faktorů jsou:

- spád řeky (‰)
- průtok vody (m^3/s)
- charakter koryta řeky

Pro daný úsek je pak rozhodující:

- úroveň dovedností vodáka;
- výbroje a výstroje vodáka
- stupeň použití zabezpečujících pomůcek
- taktika jízdy

Zařazení vodního toku do jednotlivých stupňů obtížnosti se vztahuje vždy k tzv. optimálnímu vodnímu stavu.

TABULKA STUPNĚ OBTÍŽNOSTI ŘEK




















































Stupeň	Název	Charakteristika	Znalosti jezdce	Technické vybavení	Zajištění
ZW A	stojaté vody mírně proudí cí	neproudící toky- přehradý , slabě proudící přehledný tok	bez nároků znalost zákł. záběru	Otevř.lodě	znalost plavání
W W I	lehká	pravidelná proudnice a vlny,malé peřeje, časté meandry s rychle tekoucí vodou	zpětný záběr, při delších túrách dobrá kondice	otevřené lodě	lodě zajištěné proti potopení
WW II	mírně těžká	nepravidelné vlny a proudnice, střední peřeje, slabé válce a víry, nřz. stupně	znalost všech záběrů (řřzení a ovládání lodi)	obratné otevřené lodě, vhodnější kryté lodě	mládeř povinné plovací vesty
WW III	těžká	přehledný průjezd s vysokými nepravidelnými vlnami, větší peřeje, válce a víry, "karfióly", rychlý proud v silně meandru- jícím řečišti	velmi dobré ovládání lodi, znalost všech záběrů, znalost "čtení" vody, trénovanost	jen kryté lodě, doporučen ochranný oděv	plovací vesty a přilby,dobré úchyty na loděch, lodě zajištěné proti potopení
WW IV	velmi těžká	vysoké vlny a dlouhé peřeje, velké válce, víry a "karfióly", málo přehledný průjezd, prohlídka úseků	znalost eskymáckého obratu vhodná, dobrá trénovanost	ochranný oděv – gumový oděv	jřzda ve skupinách
WW V	mimoř ádně těžká	extrémní peřeje, válce a víry, prohlídka, znalost terénu	znalost esky. obratu nutná, velmi dobrá kondice	speciální slalomové nebo sjezd- dové lodě	jen pro specialisty a špičkové jezdce
WW VI	Hranic e sjřz- dnosti	vřeobecně nesjřzdné			Jřzda se obecně nedoporučuje

Kilometráž

Je „značkami popsána řeka“ neboli je to soubor značek, které popisují danou řeku. Přináší tak všem vodákům velmi důležité informace, které je mohou potkat při sjezdu řek.

V kilometrážích můžeme najít obvykle tyto údaje a popisy:

- situační náčrtek toku, stručný popis řeky
- kilometrový údaj důležitých orientačních bodů (mosty, osady, jezy ...)
- stupně obtížnosti jednotlivých úseků, • výraznější překážky (jezy, vodní stavby
- obtížnější místa s určením směru jízdy či místa přenášení
- tábořiště, kempy, ubytování, zásobování

	jez bez propusti, stupeň,		zřícenina
	jez, propust vlevo		železniční zastávka
	jez, propust uprostřed		železniční stanice
	jez, propust vpravo		kostel, kaple
	jez, přenášení vlevo		přívoz
	jez, přenášení vpravo		přístaviště lodní dopravy
	silniční most		ústí řeky a jejích přítoků
	železniční most		výška jezu v m
	lávka (most) pro pěší		vodní dílo
	vodočet, limnigraf		náhon
	obvyklý začátek plavby		plavební komora
	obvyklý konec plavby		dlouhý
	sjezdné		vpravo
	nesjezdné, neprůjezdné		vlevo
	pozor, nebezpečí		středem
	organizované tábořiště		potok
	<i>veřejné (organizované) tábořiště</i>		ř. říční kilometr
	<i>autokemp, kemp</i>		km.
	místo nouzového táboření		malá voda
	pitná voda		střední voda
	nákupní možnosti		velká voda
	možnosti stravování		kamenný, kamenitý
	zdravotnická služba		stupeň
	ubytovací možnosti		vodopád
	<i>pošta</i>		rekreační středisko
	zámek, hrad		

Překážky na tocích

Vodáci se při sjezdech řek dostávají do různých situací, které musejí mnohdy velmi rychle vyřešit, takové situace jsou pro někoho třeba jednoduché zatímco pro druhého mohou být složité. Krátce a stručně řečeno není řeka bez překážky. Už samotná proudnice, peřeje jsou překážkou. Neznalost a podcenění přírodních a umělých překážek se tak může vodákům stát osudným. Překážky na tocích se rozdělují do dvou kategorií na **přírodní a umělé**.

1) Přírodní

- překážky vytvořené za pomoci přírody

překážky:

- víry, válce, karfioly, protiproud (tzv. vracák)
- spadlé stromy, mělčina, meandry, balvany
- vodopád, kaskáda, katarakt, slap peřej

2) Umělé

- překážky vytvořené člověkem

překážky:

- přehrada, jez, splav, kanál, náhon, stupeň (tzv. vodní stavby)
- propust, pilíře (mosty), slalomové tyče, lávky,

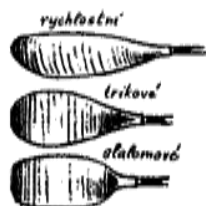
V případech, kdy si nevíte rady jak danou překážku na řece překonat raději se ji vždy vyhněte!!! Nedejte na pokřikování „suchozemců“ a nezkušených vodáků, nikdy není na škodu se nejdříve poradit, řeku si prohlédnout a přesvědčit se, že je řeka pro nás bezpečná.



splav je velmi nebezpečná překážka na řece!!!

Druhy pádel

Mezi základní součásti výzbroje vodáka patří loď, ale k čemu by mu byla loď, kdyby jí nebylo jak ovládat (řídít). Proto vznikla pádla, pomocí kterých na vodě pádlujeme a dokážeme tak na vodě spolehlivě manévrovat s lodí. V minulosti se používali různé tyče, bidla, později vesla a v dnešní době pádla a vesla.

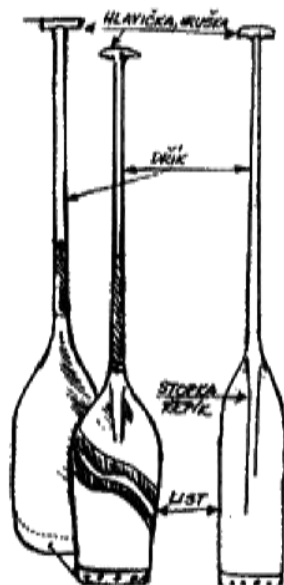


Hlavní rozdíl mezi pádlem a veslem je ten, že veslo je s lodí vždy pevně spojeno a nelze s ním volně manévrovat jako s pádlem. Vesla jsou zpravidla vždy delší než pádla a nemají madlo. Opustíme teď vesla a budeme se věnovat pouze pádlům, která v našem oddíle ve vodní turistice používáme nejčastěji.

KAJAKÁŘSKÉ PÁDLA DVOULISTÁ

Kajakářské pádlo je složeno ze žerdi a dvou listů buď symetrických, pro obtížné terény nebo asymetrických pro hlubší klidnější vodu. Bývají vzájemně pootočený o 65 - 90°

Dle natočení listů se rozlišují pravá a levá pádla.



PÁDLA JEDNOLISTÁ (KANOISTICKÁ)

List:

- pádla pro divokou vodu: je určen široký, krátký, mírně prohnutý symetrický list pro záběry v menší hloubce i možnosti záběru přes ruku,
- pádla pro klidnou vodu: je výhodný rychlostní typ - tzn. dlouhý, úzký, rovný a symetrický list. List může být dlouhý a výrazně zaoblený, neboť se předpokládá dlouhý záběr s menší frekvencí.

Materiál pádel:

Dřevěná pádla – jsou vyráběna jako lepená, často s dýhováním tvrdou vrstvou. Zůstávají v oblíbě i přes nástup dalších materiálů.

Plastové listy – bývají nasazeny na duralový dřík. Trpí určitou měkkostí, občas prasknou. Pořizovací cena je nižší.

Kompozitní listy – laminát, karbon, kevlar. Dvě vrstvy jsou vyplněny tvrdým pěnovým materiálem (PU, Airex atd.) nebo dřevem, vysoká pevnost, vyšší cenou. Jsou křehčí než předchozí typy. Při záběru neuhýbají, ani se nevlíní. Proti vylomení krajů jsou pádla opatřena vnitřním kováním - v listu je zapuštěn hliníkový profil.



na obrázku můžeme vidět různé druhy listů pádel.

Oprava lodí a pádel

Po skončení denního výcviku a při ukládání lodi na tábořiště či na krakorec (stojan na loď) je nutné loď řádně umýt, vylít, odstranit nečistoty (listí, bláto, písek).

Lepení lodí – postup jak lepit loď je velmi obsáhlý, proto je důležité lepit s někým, kdo už má s tímto zkušenosti. Máš-li stále chuť se něco o lepení dozvědět, podívej se do knihy „Základy kanoistika“ nebo (www.kanoe.cz – články).

Lepení pádel – opět vyhledej osobu znalou v lepení. Jedná se převážně o lepení dřevěných a laminátových pádel. Pádla plastová nelepíme, ale pouze opravujeme.

Zabezpečení proti potopení

Je to paradox, ale i loď vodáků se potápějí mnohdy i utopí. Proti tomu, aby se nám loď v případě převržení „nepotopila“ musíme splnit následující postup. Nikdy se nesnaž loď hned otáčet přímo v řece, ale až jak budeš u břehu. Loď sice

bude plout po hladině dnem vzhůru, ale díky vzduchovým komorám se nám nepotopí.

Vzduchové komory jsou vlastně prázdné přepážky ve špici a zádi lodi. Tyto vzduchové komory nám v případě převržení lodě nadlehčují loď a zamezí jejímu potopení. Někdy může být v lodi (třeba v kajaku) místo vzduchové komory nafouknutý velký balón. Ten nám také zamezí tomu aby se nám loď nepotopila.

Proto si vždy důkladně před sjezdem zkontroluj, zda je loď zabezpečena proti potopení a to zejména pokud se chystáš vyplout na přehradu, kde budeš mít daleko od břehu. V takovém případě zvrhnutí lodě se může plavidlo potopit a už jej těžko kdo najde.

Sjetí obtížného úseku (C2; P5)

Jeden z bodů zkoušky Lodníka, je prokázat jak na tom jsi s dovednostmi a schopnostmi při sjezdech řek. Zúčastňuj se proto oddílových akcí, kdy se jede na vodu, naučíš a zdokonalíš se tak v mnoha vodáckých dovednostech, které jen tak rychle na tréninku na vodě nezískáš.

Sezení v lodích (K1; C2)

Kanoe

Dvě varianty:

- Noha na straně pádlování je pokrčena pod sedačkou, koleno je nízko v lodi, stehno je zapřeno o bok lodi. Druhá noha je volně natažena, pata se opírá o dno kanoe.
- klek pod sedačkami (tato varianta se používá hlavně v náročnějších vodních podmínkách. Loď je z důvodu sníženého těžiště stabilnější).

Kajak

- kolena jsou zapřena o palubu a boky lodi, chodidla se opírají o přední opěrku. Pevné sezení umožňuje snadnější a dokonalejší ovládnutí lodi při pádlování.

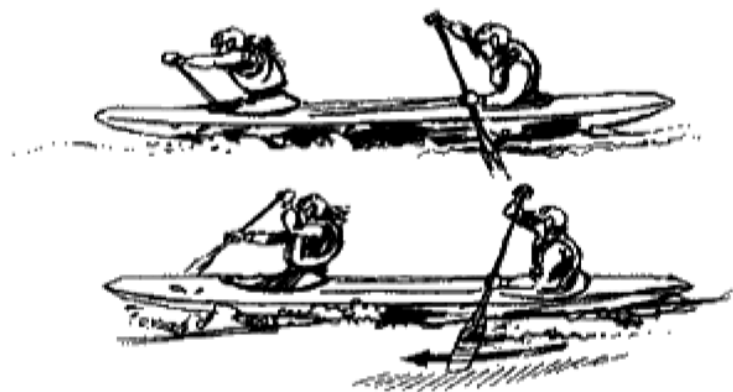
Základní záběry (K1; C2)

Jak už bylo určité popsáno k pohybu lodě se využívá proudů, ale zejména pomocí pádel - pádlování. Není to jen tak ledajaké pádlování, těmto „složitým“ a někdy krkolomným pohybům se vodácky odborně říká „ZÁBĚR“. A ještě aby to bylo o trochu složitější mají jednotlivé záběry svůj název.

- záběr vpřed (*pádlování vpřed*)
- záběr vzad (*kontra, pádlování dozadu*)
- závěs (*složitý záběr pro změnu směru lodě*)
- přitáhnutí, (*méně složitější záběr ve srovnání se závěsem sloužící zase pro změnu směru lodě*)
- odlamování (*odlomení pádlem od lodi nám opět slouží ke změně směru lodě*).

Základní záběr na kanoi (nauč se popisovat pohyb, který provedeš jako ukázkou základního záběru)

- záběr vpřed je základní a nejdůležitější záběr. K dosažení účinného záběru vpřed je nutné zapojení velkých zádových svalů, svalů ležících podél páteře, trapézového svalu a svalů deltových.
- svaly paží jsou využívány pro různé řídicí záběry, pro dokončení záběru vpřed, vytažení a přenos pádla.



Fáze záběru:

- zasazení
 - tažení
 - vytažení a přenos
- Zasazení
Při zasazení listu pádla do vody je trup mírně předkloněn a natočen, aby spodní paže mohla zahájit záběr co nejdříve vpředu. Spodní paže je napjatá, horní je v loketním kloubu ve flexi asi 30 stupňů. Pádlo je drženo pevně, nikoliv však křečovitě. Trup je mírně předkloněn, hlava je držena zpříma. Pádlo je nutné zasadit do vody měkce.
 - Tažení
První hnací silou je využití švihů po fázi přenosu a narovnání trupu se současnou zpětnou rotací do základní polohy. Horní paže určuje postavení pádla ve vodě po dobu záběru. Loket horní paže musí být dostatečně vysoko (ve výšce očí). Spodní paže je co nejdéle napjatá, čímž je umožněn přenos síly ze zad a svaly paže se tak rychle neunaví. Záběr je ukončen v okamžiku, kdy spodní ruka míjí trup, který je na konci záběru ve vzpřímené poloze.
 - Vytažení a přenos
Pokrčením paží se dostává dřív pádla k prsům a současně se začíná pádlo vytahovat z vody plynulým obloukem. Pádlo přenášíme vpřed vzdálenější hranou listu, plochou listu rovnoběžně s hladinou.

Základní záběr na kajaku (nauč se popisovat pohyb, který provedeš jako ukázkou základního záběru)

- zvládnutí techniky záběru vpřed je výchozím předpokladem nejen pro úspěšné zvládnutí dalších záběrů, ale i celkového pohybu na kajaku

Rozlišují se tři fáze záběru:

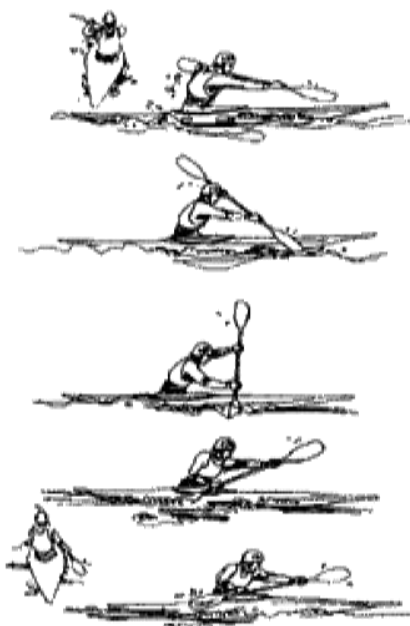
- zasazení
- tažení
- vytažení a přenos

- Zasazení

Kajakář sedí ve vzpřímené poloze, trup je mírně nakloněn vpřed. Spodní (tažná) paže je natažená, horní (tlačná) je pokrčená, ruka je přibližně ve výšce očí. Ramen jsou vytočena do směru záběru. List se zasazuje těsně u boku lodi.

- Tažení

Vlastní tažení se provádí těsně u boku lodi po přímé dráze. List pádla je celou dobu tažení pod vodou. Při zahájení tahu je spodní paže napjatá, tah je prováděn rotací ramen a částečně trupu. V druhé části fáze tažení se spodní paže pokrčuje a dotahuje pádlo k tělu. Horní, tlačná paže se pohybuje z výchozí polohy vpřed téměř po přímce přibližně ve výšce očí. Ruka svírající žreď při tlaku uvolňuje sevření.



- Vytažení a přenos

Fáze tažení je ukončena vytažením pádla u těla šikmo stranou, aby nedošlo k odhození vody. Při vytahování listu z vody klesá horní paže k hladině k zahájení záběru na opačné straně. Ve fázi přenosu dochází k přetočení pádla v tzv. volné ruce, a tím k nastavení listu k dalšímu záběru.

Vodácké pozdravy

Tak jako v civilním (běžném denním životě) se slušní lidé zdraví. Je i mezi vodáky pravidlo se zdravit. Na vodě se nezdravíme jen tak pro to abychom na sebe hulákali a ukazovali kdo jak má silnější hlasivky. Je už to taková tradice, že si tak vodáci dávají najevo určitou úctu jeden k druhému, že jsou ochotni druhému v nesnázích pomoci a přejí tak druhému na lodích dobrou plavbu při sjezdu řeky.

Dnes používaný pozdrav „AHOJ“ vznikl z anglického zvolání „HOY“ značícího „HOLÁ“ a výrazu „a HOY“ což byl vlastně druh pramice pro přepravu osob v přístavech. Časem se změnilo v námořnický pozdrav, který byl přenesen trampy z jejich toulek v cizině do našich zemí.

Při pozdravu na vodě využíváme nejenom svůj hlasový projev, ale někdy stačí na větší vzdálenosti pouze zvednout list pádla kterým tak můžeme zdravit na dálku.

TÁBORNÍCTVÍ

Protože jednou z hlavních náplní oddílové činnosti je nejenom vodní turistika, ale také pobyt ve volné přírodě. Umět se v této přírodě o sebe postarat abychom „přežili“, pobavili se, poznali nové kamarády a opět se ve zdraví vraceli domů plni nadšením s poznáním. Proto jsou další body zkoušky zaměřeny na pobyt v přírodě. Nejsou to žádné nesplnitelné požadavky, vyžaduje to opět tvou péči a trpělivost. Která se Ti pak jednou vrátí v podobě znalostí jak přírodu poznat a rád se do ní vracet.

Příprava dvoudenní akce

Spolu s kapitánem nebo kormidelníkem se pokus připravit dvoudenní oddílovou nebo družinovou akci. Není to jednoduchá záležitost, budeš možná překvapen co všechno musí být zajištěno pro klidný chod a zdárné podniknutí oddílové schůzky trvajících dva dny. Zde je uveden stručný popis, jak postupovat je to však pouze jen osnova, která ti připomene na co při zajišťování akce nezapomenout.

Postup:

- seznam osob (*jména kdo vše jede a dorazí na výpravu*),
- informace o tábořišti a místě pobytu (*ubytování, stany, voda, louka aj.*),
- informace o dopravě osob (*čas odjezdu, příjezdu, místo nástupu, cena dopravy na osobu*)
- informace o inventárním vybavení pro táborníky (*co vše je nutné si na výpravu s sebou vzít*)
- program na všechny dny (*časově rozvrženy hry, podrobně!*)
- materiál potřebný k hrám a dobrého chodu tábořiště
- organizace starších členů (*př. Zdravotník –lékárníčka,...*)

Pokud si takto zpracuješ jakoukoli vícedenní akci, budeš mít zaručenou 50% úspěšnost celého pobytu.

Stavby dvou ohnišť

umění správně je stavět, používat, zachovávat tradice a bezpečnost, to je další důležitá dovednost. Žádný opravdový tábor se bez něj neobejde. Oheň má pro každého pravěké kouzlo a magickou přitažlivost. Pro indiány byl posvátným božstvem při poradách a důležitým pomocníkem v životě.

Umění **rychle** a **spolehlivě** rozdělat oheň často zachránilo život lovcům a my to pokládáme za součást tábornické zručnosti. **Nikdy nerozděláváme oheň zbytečně** a vždy jen tak velký, jak je nezbytně nutné, aby splnil svůj účel.

Oheň je sice dobrý sluha, ale zlý pán!

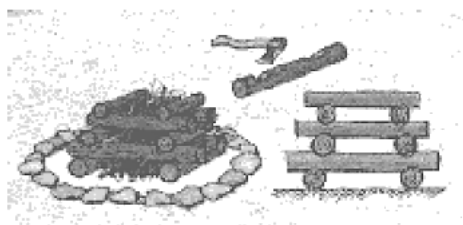
Volíme vždy takový druh ohně a dřevo na topení takové, které skutečně budeme potřebovat

1) SLAVNOSTNÍ

Na slavnostní oheň jsou dobrá podélně púlená polena o stejné délce. Výplň je z kletí a třísek.

a) *Pagoda*

- je v našem oddíle nejpoužívanějším slavnostním ohněm má tvar jehlanu. Polena borového nebo smrkového dřeva je dobré opatřit záseky, aby se nesouvala. Výplň je ze suchého kletí. Musí být postavena tak, aby dohořívající polena propadávala dovnitř do těla ohně.



b) *Pyramída, hranice*



UŽITKOVÉ

a) kanadský krb

- Je neocenitelný vždy, když potřebujeme chránit oheň před poryvy větru a zabránit větším ztrátám tepla.



b) dřevorubecký

- Na základ ze suchého roští pokládáme dřevo dokola do tvaru kužele. Dřevo tak lépe chytá a pěkně prosychá.

c)

oheň v dešti

a

na sněhu



d) strážný oheň

Rozděláme malý ohýnek, který nám vyrobí dostatek žhavého popela. Po setmění ze tří až pěti stran přiložíme do popela suché kulatiny konci k sobě. Oheň slabě hoří nebo jenom doutná. Je málo viditelný a přitom dá dostatek tepla.



SLAVNOSTNÍ OHEŇ

- mezi slavnostní ohně řadíme pagodu a pyramidu (převážně pagoda)

popis zapálení ohně:

- ohnivci zapálí fakule z pyramidy k tomuto účelu postavené poblíž táborového kruhu (asi 10m)
- ohnivci vstoupí do tabukruhu (první ohnivec otevírá tabukruh!) . 2x obejdou pagodu
- ohnivec představuje jednu ze světových stran, tak se i staví k pagodě a jejím stranám (natočené podle světových stran)
- *každý přednese svou formulaci :*
 - přicházím ze severu, přináším sflu

- přicházím z jihu, přináším lásku
- přicházím z východu, přináším pravdu
- přicházím ze západu, přináším krásu
- postupně ohnivci zapalují oheň. Žerdi fakulí jsou konci opřeny o anténu pagody; oheň se rozhořívá – ohnivci obejdou pagodu, poslední uzavírá tabukruh
- začíná se zpívat oddřlová hymna; obvykle táborový oheň končí písní „Valčiček“

POZOR!!!!

do žádného, natož do slavnostního, ohně se nehází plechovky, alobaly, papírky, hřebíčky, atd.

Příprava dvou jídel



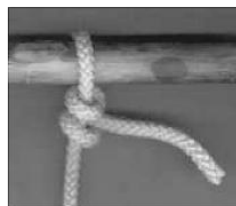
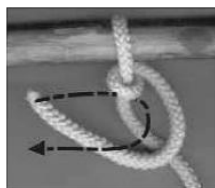
Velmi oblíbenou a „lehkou“ zkouškou je příprava dvou jídel. Co je tím vlastně myšleno? Na oddřlové akci si připrav jídlo pro posádku nemusíš vše zařizovat od toho ti pomohou členové posádky, ale ty budeš šéf-kuchař. Ukážeš tak své kulinářské dovednosti a pamatuj, že fantazii se meze nekladou.

Lodový úvaz a osmička

Šest základních uzlů ses naučil už dříve, nyní se nauč další dva uzle, které se často v odděle využívají.

Lodkový úvaz

je vlastně posuvná lodní smyčka uvázaná volným koncem okolo pevného konce. Uzel je vhodný pro plné zatížení. Využijeme jej opět k uvázání lodě ke kůlu, kdy nemáme dostatečně dlouhý konec lana na lodní uzel.



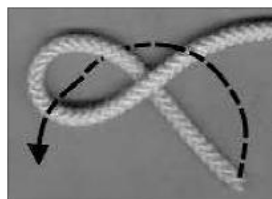
Osmičkový uzel

Uzel se uvazuje na koncích lan, aby nevyklouzla z otvorů, kladky, při slaňování ze slaňovací osmy a podobně. Používá se také jako dekorativní a je základem pro řadu dalších velmi důležitých uzlů používaných pro různé účely. Dobře slouží i při připevňování strun na kofky houslí, kytar mandolín a dalších strunných nástrojů. Neničí tolik lano při silném zatížení a v porovnání s ním se lépe rozvazuje.

Dejte však pozor na to, o kterém uzlu budete mluvit, protože jménem **osmička** je mezi horolezci, jeskyňáři a záchranáři nazýván uzel, který vazači uzlů jmenují

osmičkové poutko.

Začneme vytvořením závitů, pak volný konec převedeme přes pevný a zdola zasuneme do smyčky.



Utáhneme, a je hotovo



Kapesní nůž

Mezi jednu ze šesti povinných věcí patří nůž. Někteří členové volí mezi noži loveckými, které mají větší a kvalitnější čepel dobře se s takovým nožem pracuje a je dobrý také na krájení chleba, jejich nevýhodou je že jsou méně „mobilní“. Druzí zase volí nůž kapesní, který mají vždy při sobě, tento nůž má ještě zpravidla jako součást otvírák, vývrtku aj. doplňky je více mobilní a tudíž po ruce. Ať už se rozhodnete pro jakoukoliv variantu mějte na mysli, že nůž je vaše vizitka. Proto se o něj pečlivě starejte a nepoužívejte jej na věci které mu škodí.

- neotvírej s nožem konzervy,
- neopékej na něm buřty,
- nenamáčej nůž do horké vody,
- nebodej s nožem do země,
- nůž nenechávej venku a také bez dozoru mimo pouzdro nebo obal.

Kimovka (18 z 20)

Sitňovka (10 z 10)

Morseovka vysílat a přijímat

Používá se na celém světě k rychlému vysílání krátkých zpráv telegrafem, rádiem, zvukem, světlem, praporkem. Dnes hojně využíváme zpráv textových tzv. SMS. Morseovka však vždy zvítězila zejména v nouzových situacích, kdy přestali fungovat běžné dorozumívací prostředky (telefony, radia, vysílačky aj.). Morseovku vymyslel Samuel Morse a první vysílání se uskutečnilo roku 1887. Morse použil telgrafního pístka, které psalo krátké a dlouhé čárky. Morseova abeceda je sestavena se skupin teček a čárek.



Lze vysílat jednou nebo dvěma *vlajkami* – (signálky).

Světlem – krátké zablesknutí „tečka“, dlouhé zablesknutí čárka

Zvukem – krátký tón „tečka“ a dlouhý „čárka“

Vytukáváním – při tomto způsobu vysílání nejde uplatnit krátkého a dlouhého tónu, proto používáme dva rychlé „tuky“ je „čárka“ jeden tuk „tečka“ Tento způsob je nejsložitější a vyžaduje dlouhý nácvik pro zvládnutí přijímání a vysílání morseovky.

A	. -	M	- -	Z	- - . .
B	- . . .	N	- .	1	. - - - -
C	- . . .	O	- - -	2	. . - - -
D	- . .	P	. - . .	3	. . . - -
E	.	Q	- - . -	4 -
F	. . - .	R	. . .	5
G	- - .	S	. . .	6	-
H	T	-	7	- - . . .
CH	- - - -	U	. . -	8	- - - . .
I	. .	V	. . . -	9	- - - . .
J	. - . .	W	. - .	0	- - - - -
K	- . -	X	- - . -	sos	. . / - - / . . .
L	Y	- . - -		

Stavba jehlanu a stanu

Jedna z velmi důležitých dovedností táborníka je umění si postavit stan.

Stan má toliko podob, kolik je druhů táboření.

Jsou stany pro letní, zimní táboření,

podsadové stany, jídelní stany aj. Pořád

hovoříme o stanu. Pro naši potřebu bude teď

důležité si vysvětlit zásady stavby stanu pro přespání. Tento druh stanu nejčastěji

používáme na oddílových výpravách. Nezapomeň, že tak jak si postavíš stan tak si

doslova lehneš. V noci, když se přizene bouřka se pak těžko hledají naplnací lanka,

kolíky a jiné nedodělky. Proto si stany stavíme tak abychom nebyli překvapeni.



Zásady při stavbě stanu:

- vyber vhodné rovinaté místo, ne v blízkosti řeky a hořícího ohně,
- nejsou vhodná místa také na lesních a polních cestách,
- pozor na padající stromy a větve,
- více stanu - stavíme pohromadě,
- v případě velkých dešťových srážek vykopej kolem stanu odtokový járek.

k stavbě jehlanu budeš potřebovat : 2x celtu, 8x kolík, vázačka, 2x tyč (ccr 2,5m)

postup při stavě jehlanu:

- cely spojíme tak, aby vznikl čtvercový tvar,
- pomocí dvou kolíků upevníme jednu stranu jehlanu,
- druhou stranu upevníme tak, aby nám vznikl pravý úhel,
- následně upevníme poslední dvě strany (vznikne nám čtverec),
- protáhneme vázačku otvorem na vrcholu jehlanu a zakončíme jeho konec uzlem (vázačka tak neproklouzne nazpět), zbytek vázačky využijeme na svázání dvou tyčí (tyče jsou překřížené),
- po svázání tyčí je začínáme rovnoměrným pohybem zvedat. Zvedání tyčí zastavíme v okamžiku, kdy máme jehlan vypnutý,
- posledním krokem je dopnutí bočních stran dalšími kolíky.



ZDRAVOVĚDA

Při oddílových výpravách, na táboře nebo na výpravě na kolech se občas přihodí drobné „zranění“. Toto zranění je nutno ošetřit proto na výpravě nosíme sebou lékárníčku a je přítomen vždy zdravotník. Nauč se i ty ošetřit drobná zranění určitě se ti to bude hodit i mimo oddílovou činnost.

Ošetření povrchových zranění

Povrchová zranění jako (odřeniny, drobné říznutí, třísky v ruce, malé spáleniny, puchýře aj.), ošetřujeme hned jakmile se nám taková věc přihodí. Vždy uvědomíme kormidelníka nebo kapitána oddílu.

Tato drobná zranění vždy řádně vyčistíme (desinfikujeme) pomocí (jodisolu, septonexu nebo čisté pitné vody). Potom toto zranění můžeme přelepit náplastí, nebo lehce obvázat obvazem. Ošetřený by se měl vyvarovat prací s potravinami a vlhkému prostředí. Před večerem vždy ránu znova desinfikovat a zkontrolovat zda se nám nezanítila.

Přivolání první pomoci

V případech, kdy si nevíme s postiženým rady a jeho zranění vyžadují odborné lékařské vyšetření, vždy přivolejte pomoc. Se zraněným nehýbejte, pouze jej uklidněte nebo přikryjte dekou do příjezdu lékaře nebo transportu.

Pro přivolání pomoci využijte telefonu:

- 155 lékař
- 150 hasiči
- 158 policie
- 112 tísňová linka (na které jsou všechny záchranné složky police, lékař a hasiči)

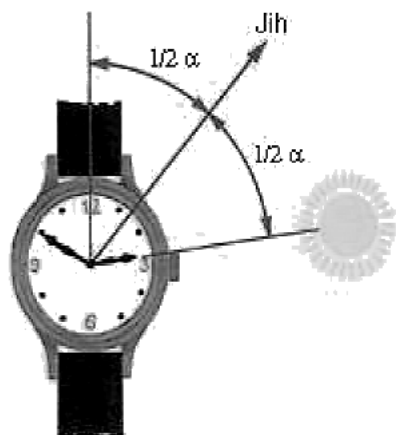
Kdo volá: „Dobrý den jmenuji se Franta Lípa

Odkud volá: volám z mobilního telefonu, jsem v parku Boženy Němcové v Karviné

Co se stalo: šel jsem tady po parku a spadl tady člověk ze stromu - nehýbe se“

ORIENTACE V PŘÍRODĚ

hodinek

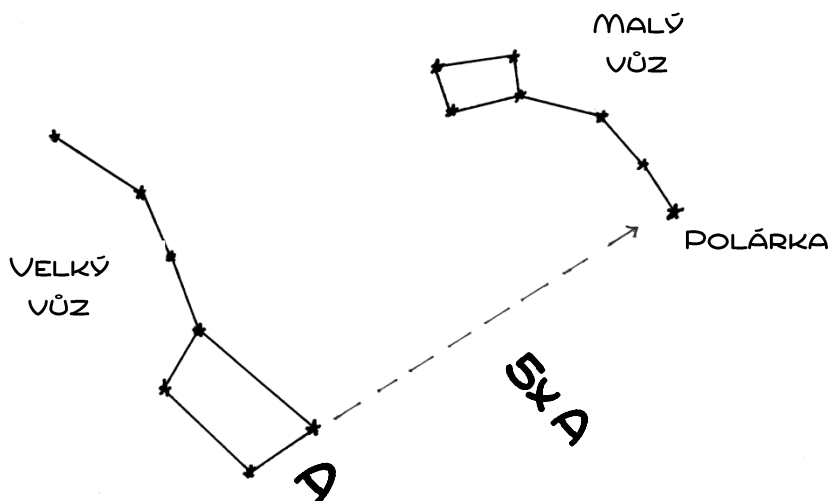


- Středem Čech prochází 15. poledník, nad nímž je slunce v zimě v poledne a v létě ve 13.00 (posunutý letní čas!).
- V tom okamžiku je slunce přímo na jih od nás.
- O každou hodinu dříve je o 15° východněji, o každou hodinu později je o 15° západněji.
- Použiješ-li hodinek jako úhloměru, můžeš kdykoli určit světové strany.

Malou ručičku namíříš ke slunci a rozpůlíš úhel mezi ní a dvanáctkou (v zimě) nebo jedničkou (v létě). Tím směrem je jih, na opačné straně sever (viz obr.)

hvězd

prodloužení zadních hvězd Velkého vozu najdeš koncovou hvězdu Malého vozu Polárka (viz obr.), která je na rozdíl od ostatních hvězd vidět stále na stejném místě na sever od nás

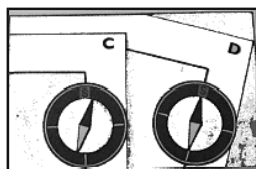


Zorientování mapy

Dalším velmi užitečným a přesným způsobem je orientace v přírodě podle mapy. **Mapa** je zmenšený obraz části zemského povrchu z ptáčí perspektivy, který je vytvořen ve zmenšeném měřítku na rovinu plochy – (na papír nebo v digitální podobě). Proto abychom se mohli v přírodě orientovat podle mapy, musíme znát několik způsobů jak mapu zorientovat.

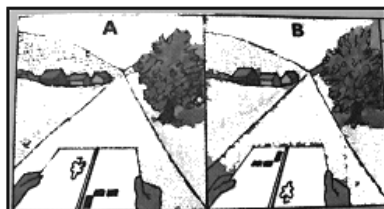
Zorientování mapy: je myšleno, že mapu uvedete do skutečné polohy, tak jak vypadá terén v okolí. Mapa tak potom ve skutečnosti odpovídá terénu ve kterém se nacházíme a je pak velmi jednoduché určit na mapě, kde se nacházíme.

K zorientování mapy můžeme použít těchto způsobů:



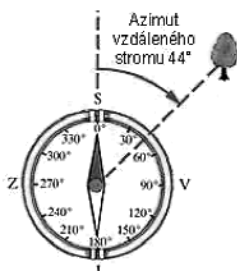
podle busoly: busolu vložíme do rohu nebo mezi souřadnice na mapě, až nám směřují současně poledníky s busolou na sever mapa je zorientována.

podle významných bodů v terénu: v terénu se právě nachází například cesta, kostel a řeka. Najdi tyto body také v mapě a mapu přesně nasměruj podle těchto uvedených bodů v terénu. Získáš tak místo, kde se nacházíš.



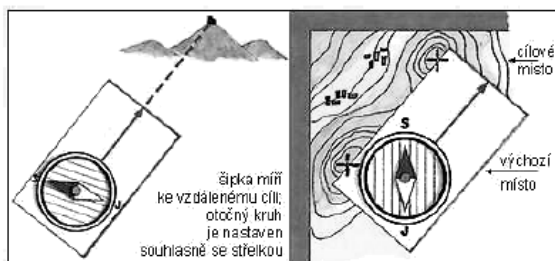
podle názvu mapy: zpravidla všechny české mapy mají na horním listu název mapy, tento název je vždy na českých mapách orientován na sever.

busoly



Pomocí busoly se dají určit nejen světové strany, lze podle ní označit přesně libovolný směr. Celý okruh zahrnuje 360°. Azimut je úhel, který svírá daný směr se směrem severním (viz obr.).

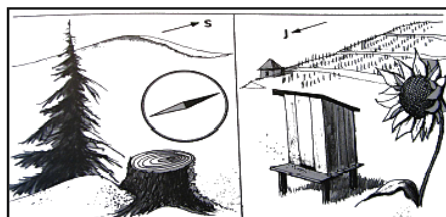
Chceš-li postupovat terénem přímo z jednoho místa na druhé, odměř busolou azimut pochodu (viz obr.). Busola ti potom umožní udržovat správný směr celou cestu. Vyhleď si postupný cíl (výrazný strom, kapličku, boží muka apod.), který je stále vidět, a jdi přímo k němu. Tam znovu zaměř busolou další postupný cíl. Pro kontrolu odhadni nebo odměř z mapy vzdálenost k cíli a počítej kroky (2 kroky jsou asi 1,5 m); čím je cíl dál, tím větší odchylky (chyby) v azimutu se můžeš dopustit.



znaků v přírodě

Orientování se v přírodě podle přírodních znaků, je třeba vždy brát z rezervou a nemůžeme se vždy na tyto metody určování světových stran podle přírodních úkazů spoléhat. Pokud už však takové metody použijeme, vždy si to ověřte nejméně dvěma dalšími a vzájemně je porovnejte.

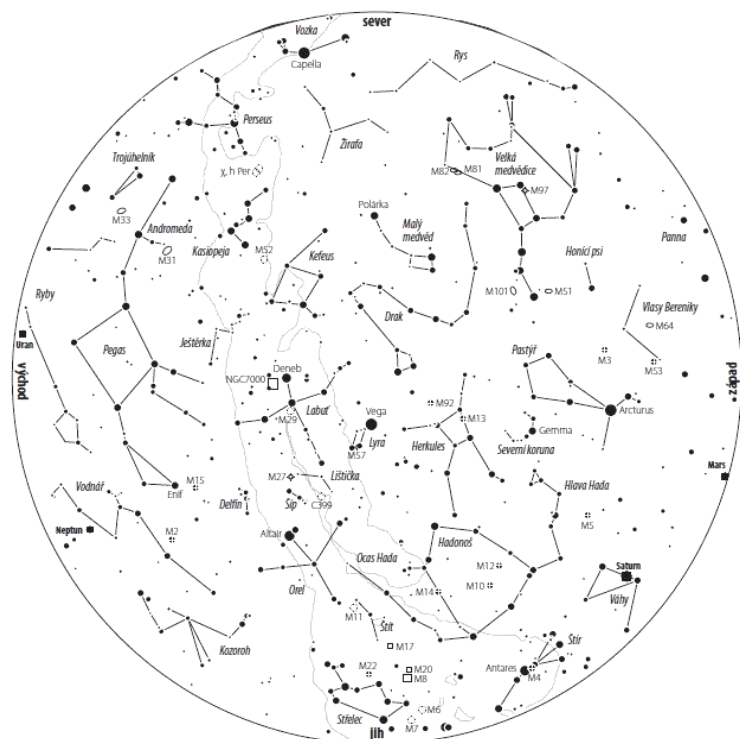
- *V poledne je slunce vždy na jihu, stíny všech předmětů směřují k severu.*
- *U pařezů jsou nejhustší letokruhy na severozápadě.*
- *Stromy mívají na severu silnější vrstvu mechu a lišejníku.*
- *Mraveniště má srážnější spád k severní straně.*
- *V horských oblastech mají stromy vlivem větru na severozápadní straně řidší a olámán.*
- *Včelíny mají česna k jihu.*
- *Oltáře katolických kostelů jsou stavěny na východní stranu.*
- *Budky pro ptáky se stavějí otvorem k východu*



Znalost 5-ti souhvězdí

V naší zemi (České republice), můžeme pozorovat souhvězdí na severní obloze to je dáno tím, že se nacházíme na severní polokouli Země. Tato severní obloha se ještě podle období rozlišuje na zimní severní oblohu a letní severní oblohu. Vyber si taková souhvězdí, které jsi schopný najít na všech ročních obdobích. Nejlepší způsob jak se naučit rozpoznání souhvězdí, je navštívit oddělovou knihovnu nebo jakoukoli jinou v Karvině

Nauč se jednotlivá souhvězdí za pomoci mapy oblohy na loděnici!



- Velký vůz
- Malý vůz
- Casiopea
- Labuť
- Severní koruna
- Delfin

- Lyra (součástí je nejasněji „svítec“ hvězda – Vega)
- Drak
- Cefeus
- Orion (souhvězdí zimní severní oblohy)

Vyber si pět souhvězdí a ukaž je na obloze.

Určit 50 rostlinek

Pobyť v přírodě není jenom o pohybu, hrách, koupání, ale také o pozorování přírody. Jedna z posledních zkoušek je určit 50 rostlinek v přírodě. Do této zkoušky se do znalosti počítají také stromy a keře. Každým dnem co si začal plnit zkoušku Lodníka najdi v přírodě 5-10 rostlinek ty si popiš na kartón A5 tak se rostlinky velmi rychle naučíš. Na konci tak budeš mít vyrobeny svůj osobní herbář rostlinek.

Smrk ztepilý	Šťável kyselý	Pryskyřník prudký
Dub letní a zimní	Líska obecná	Prvosenka jarní
Trnovník akát	Růže šípková	Podběl léčivý
Buk obecný	Jahodník obecný	Mák vlnitý
Javor kleč	Ostružník maliník	Jetel luční
Topol černý	Bez černý	Kostival lékařský
Bříza bělokorá	Borůvka černá	Náprsník červený
Vrba jíva	Blatouch bahenní	Pcháč bahenní
Borovice lesní	Divizna velkokvětá	Ocún jesenní
Jalovec obecný	Heřmánek pravý	Kopřiva dvoudomá
Modřín opadavý	Svízel přítula	Orobinec širokolistý
Olše lepkavá	Hluchavka nachová	Kaprad' samec
Jedle bělokorá	Hluchavka bílá	Přeslička rolní
Lípa srdčitá	Jetel plazivý	Borovice kleč
Třešeň ptačí	Jitrocel kopinatý	kosodřevina
Slivoň trnka	Jitrocel širokolistý	Kokoška pastuščí tobolka
Jmelí listnáčové	Sasanka hajní	Sedmikráska chudobka
Smetanka lékařská	Leknín bílý	Jinan dvoulaločný
Devěsíl lékařský	Konvalinka vonná	Mochomůrka červená
Kopytník evropský	Bledule jarní	Chmel otáčivý

Pro lepší orientaci používej atlasy rostlin, kde najdeš daleko více rostlin, které zde nejsou uvedeny.



Použité zdroje

Literatura:

Břicháček, V.: Skautský oddíl I; II. Ruch, Liberec 1992

Čáka, J.: Junácká symbolika. Praha 1991

Jourová, I.: Zásady první pomoci. Press, Praha 2001

Karčmar, B., Bflý, M., Novotný, P.: Základy kanoistiky. Univerzita Karlova 1998

Kretschmar, E.: Nový průvodce přírodou. Grafia, Bratislava 1997

Rogl, V.: Nebojte se topografie. Naše vojsko, Praha 1987

Školní Atlas světa. Kartografie, Praha 2004

Vosátka, M.: Tábornická encyklopedie. MF, Praha 1985

Vosátka, M.: Z deníku Kapitána. Leprez, Praha 1997

internetové zdroje:

www.povodiodry.cz

www.vodaksport.cz

www.kanoe.cz

www.turistikaahory.cz

www.chmi.cz

MÉ POZNÁMKY:

MÉ POZNÁMKY:

TENTO SEŠIT JE MAJETKEM

Z POSÁDKY !

PŘI NALEZENÍ JEJ PROSÍM NEPRODLENĚ VRAŤ
NEPOŘÁDNÉMU MAJITELI.



URČENO PRO POTŘEBU 8. ODDÍLU HRANIČAŘ.

2008 ©

Micov