

N.R.  
4.M.

## ADAPTAČNÍ KURZ

Dne 11.9.2019 jsme vyrazili na adaptační kurz. Šli jsme lesními i polními cestami a dokonce i po silnici. Sice se nám moc nechtělo a všechno nás bolelo, ale ve zdraví jsme došli do cíle. Byli jsme ubytováni na chatě Juráše. Když jsme se ubytovali, šli jsme na dobrý oběd a poté jsme měli polední klid, při kterém jsme dělali trochu blbosti. Po poledním klidu jsme hráli seznamovací hry. Když jsme dohráli, šli jsme na svačinu a poté jsme vyšli sjezdovku, ze které jsme poté **DOSLOVA** vařeali sudy. Přišli jsme celý mokry a oblečení se nám sušilo 2 dny. Převlékli jsme se a měli chvíli volna venka. Poté následovala večerka, chvíle volna a hned potom hry ve skupinách a potom následovala hygiena a večerka.

Druhý den 12.9. jsme vstali, měli rozcvičku a snídani. Po snídani jsme měli hygienu a potom byla šipkovaná. Když jsme se vrátili následoval oběd, polední klid a poté hry na dřevě, které se konaly na hřišti. Poté byla svačina, chvíle volna venka, večerka, příprava na diskotéku, skupinové aktivity a diskotéka. Diskotéka byla nejlepší. Tancovali jsme ploužáky, nejen se spolužáky/spolužačkami, ale i s lidma z gymplu z Dobrušky. Všichni jsme si diskotéku užili a šli jsme spát ve 23:00.

Třetí den 13.9. jsme díky bohu ráno neměli rozcvičku. Žbali jsme si věci, uklidili a šli na snídani. Po snídani jsme se přemístili na bar a dělali jsme skupinové aktivity. Poté byl oběd, když jsme dojedli vzali jsme si věci dali je do auta a šli na autobus. Odjeli jsme zpátky na Nový Hrádek a všichni jsme dojeli zdraví. Moc jsme si to užili. Aída Marková a Natálie Ransůvková.