

Fiziskā sagatavotība

Jomas treneris: _____

Jomas mērķis: _____

Jomas aktivitātes jāveic vismaz 1 stundu nedēļā, 6 mēnešus jeb 26 nedēļās

Datums	Nodarbības apraksts	Piezīmes	Trenera paraksts

Piedzīvojumu ceļojums

Jomas uzraugs: _____

Jomas mērķis: _____

Piedzīvojuma ceļojums ilgst vismaz trīs dienas un divas nakts

Izmēģinājuma piedzīvojumu ceļojums

Sākuma datums	Beigu datums	Maršruts	Uzrauga paraksts

Ieskaites piedzīvojumu ceļojums

Sākuma datums	Beigu datums	Maršruts	Uzrauga paraksts

