

Informace - Lyžařský výcvikový kurz 2023, 7. ročník

Místo: hotel Zadov, Zadov 350, 384 73 Stachy

<http://www.zadovhotel.cz>, <https://www.lazadov.cz/la/stredisko-mapy.asp>

Termín: 7. – 13. 1. 2023

Odjezd: 7. 1. 2023 v 9:30 hod. z parkoviště u školy, nakládání věcí od 9:00 hod.

Příjezd: 13. 1. 2023 mezi 14:00 – 15:00 hod. ke škole

Vedoucí kurzu: Mgr. Jitka Štorková (storkova.jitka@zsobreziny.cz)

Instruktoři a zdravotník: tým instruktorů ZŠ O. Březiny

Cena: 7 300,- Kč (6 x 1050,- Kč/ den – ubytování, plná penze, pitný režim; 1000,- Kč na dopravu)

Vlekovné: předpokládaná cena cca 2-2,5 tis. Kč (bude upřesněno) - dítě si vezme tyto peníze s sebou

Částku 7 300,- Kč je nutné zaplatit do 23. 11. 2022 převodem na účet školy, číslo účtu: 26138681/5500, variabilní symbol – rodné číslo dítěte.

Kapesné: doporučujeme pouze menší obnos peněz – k dispozici bufet se sladkostmi

Důležité: Podmínkou účasti na LVK je bezproblémové chování ve škole (dle doporučení třídní učitelky a výchovné komise).

Lyžařský/snowboardový výcvik zvládnou i úplní začátečníci! Nebojte se začít! 😊

Výzbroj:

- sjezdové lyže nebo snowboard (možno vzít si oboje).
- lyžařské hole povinné (i na sjezdové lyžování)
- běžecké lyže – pro všechny jsou povinné!
Pokud nemá někdo vlastní běžky, zapůjčíme mu na kurzu školní. Boty si žáci mohou přijít vyzkoušet do kabinetu TV v termínech – 14. 11., 21. 11. a 28. 11. vždy o velké přestávce 9:50 – 10:10. Pokud by nesesedla velikost boty, musí si na kurz zajistit boty vlastní.
- lyžařské/snowboardové boty (sbalené v tašce na boty nebo ve „velkém“ zavazadle, ne samostatně!)
- doporučujeme chránič páteře
- **ochranná přilba – je povinná!!!** (na přepravu autobusem sbalená ve „velkém“ zavazadle, **ne nikde připnutá na tašku/vak s lyžemi/snowboardem** – nebezpečí poškození!)

Doporučená výstroj:

- lyžařská/snowboardová výzbroj svázaná a sbalená ve vaku (ne igelitové tašky)
- oblečení na běžky (šustáky, větrovka, rukavice, čepice, brýle, šátek na krk...)
- oblečení na sjezdovky/snowboard – 2x! (kombinéza nebo oteplovací kalhoty a bunda, čepice, rukavice, sjezdařské brýle,...)
- dostatek náhradního prádla na převlečení, svetr, ponožky atd.
- zimní turistická obuv, přezutí a oblečení do chaty, pyžamo, toaletní potřeby, opalovací krém, ...
- do skupinky lyžařské vosky, hadr a přípravek na čišťení lyží
- menší batoh, ledvinku, nosiče na běžky

Různé: je vhodné si vzít psací potřeby (tužky, fixy, pastelky), blok, karty, společenské hry, láhev na čaj, baterku – na běžky čelovku, hudební nástroj...

DŮLEŽITÉ!!!

Před odjezdem děti předloží:

- a) rodiči podepsané potvrzení o kontrole lyží a seřízení vázání (nemusí být ze servisu)
- b) rodiči podepsané prohlášení o bezinfekčnosti platné nejdéle 24 hodin před nástupem na kurz (děti obdrží v týdnu před odjezdem)!!!
- d) kartu/kopii kartičky zdravotní pojišťovny, léky - pokud dítě některé užívá