



**Informace o lyžařském výcviku – LVVZ – 7. B, C**  
**od 25. 1. 2020 do 1. 2. 2020**

Hlavním cílem je naučit žáky základním lyžařským dovednostem. Praktická činnost je doplněna teoretickými přednáškami (historie lyžování, lyžařská výzbroj a výstroj, mazání lyží, nebezpečí hor a zdravotní péče - první pomoc). Nezbytnou součástí kurzu jsou též zábavné večery na chatě a s tím spojená možnost společenské zábavy.

**Místo pobytu:** Chata Slovanka, Horní Maxov

**Cena: 3 600 Kč** (ubytování, strava 5x denně, doprava)

**Doporučené věci s sebou:**

sjezdové lyže s bezpečnostním vázáním a s brzdami (potvrzení o jejich seřízení se bude odevzdávat při odjezdu od školy), kombinéza nebo oteplovačky, zimní bunda, 2x rukavice, 2x čepice, lyžařské brýle, lyžařskou přilbu, sluneční brýle, krém na obličej, teplé ponožky, přezůvky, trička – dlouhý a krátký rukáv, domácí oděv, pyžamo, ručník, hygienické potřeby, osobní prádlo, koženou obuv, batůžek, láhev na pití, elastické obinadlo, psací potřeby, osobní léky (**trpí-li zvýšenou teplotou, průjmami atd. vzít s sebou odpovídající léky**), drobnou společenskou hru, kapesné dle úvahy, **přezůvky do příručního batohu**.

Sjezdařské lyžařské vybavení (lyže, hole, přeskáče) lze zapůjčit ve škole.

Běžecské vybavení zajistí škola.

**Před odjezdem dítě odevzdá:** průkaz ZP, potvrzení o bezinfekčnosti, potvrzení o seřízení lyžařského vázání - stačí kopie, **potvrzení o zdravotní způsobilosti (od lékaře – tiskopis na stránkách školy)**.

**Platba převodem na účet:**

**Zálohu 1 800 Kč zaplatit do 20. 11. 2019**

**Doplatek 1 800 Kč zaplatit do 20. 1. 2020**

**Při vyúčtování bude vráceno 1000 Kč (dotace od města).**