

Lyžařský kurz - informace pro rodiče a studenty

Třída: 2.C + 1.J

Termín: 5.1.-11.1.2020

Odjezd: neděle 5.1.2020 od budovy A (Obchodní akademie, Zd.Fibicha) – čas bude upřesněn

Příjezd: pátek 11.1.2020 k budově A (Obchodní akademie, Zd.Fibicha) – čas bude upřesněn

Místo konání: Šumava, lyžařský areál Zadov - Kobyla (www.lazadov.cz)

Ubytování: Nový Dvůr - Penzion U dvou Rysů (<https://www.udvourysu.cz/>)

Stravování: plná penze (jídlo 3 x denně včetně pitného režimu), k dispozici je hotelový bar (nealkoholické pití, sladkosti, nanuky)

Doprava: autobus

Náplň kurzu: výuka a zdokonalování:

- Běžecské lyžování
- Sjezdového lyžování
- Snowboardingu

Cena kurzu: ubytování, strava a doprava – **3550 Kč** (včetně příspěvku 300 Kč ze Společnosti pro podporu školy) **z toho úhrada zálohy 2000 Kč do 15.11.2019 a doplatku 1250 Kč do 15.1.2020 (300,-Kč příspěvek z nadace)**

peníze na skipas se budou vybírat na místě, předpokládaná cena skipasu - 1300 Kč

Přihlašování: Vyplňte přihlášku **ONLINE**. Obratem Vám přijde email s platebními informacemi..

Škola poskytuje půjčení lyžařské výstroje za poplatek 100 Kč

Osobní vybavení pro účastníka kurzu: (zajistí účastník kurzu)

- lyžařská výstroj - sjezdové lyže a hůlky, běžecské lyže a hůlky, lyžařské boty a výběrově snowboard (sjezdové lyže jsou vybaveny brzdícím systémem a vázání je seřízené a zkontrolované odborníkem, snowboard je vybaven bezpečnostním popruhem).
- lyžařská výstroj – zimní bunda (doporučujeme nepromokavé, odolné větru se sněhovým pásem)
 - lyžařské kalhoty (šponovky, kombinéza, oteplováčky, apod.)
 - lyžařské rukavice (prstové) + jedny náhradní
 - lyžařské brýle, sluneční brýle (ochrana očí proti sněhu a větru)
 - zimní čepice + jedna náhradní, šála, šátek
 - lyžařská přilba (bohužel není povinná, ale doporučujeme ji)
- zimní obuv (vhodnou do sněhu a chůzi v terénu)
- zimní oblečení: ponožky, mikiny, svetry (lepší jsou 2 tenké vrstvy, než 1 silná)
- převlečení na hotel: trička, tepláky, přezůvky
- spodní prádlo, noční oblečení
- hygienické potřeby: krém na opalování, jelení lůj
- zdravotní potřeby: elastické obinadlo, polštářkové náplasti, vlastní léky
- batůžek (na svačinu, lyžařské potřeby - možný i do dvojic, či trojic)
- hry pro volný čas: společenské hry, kytaru
- mobilní telefon, fotoaparát
- hadřík na omytí lyží a běžek
- **kartičku pojišťovny**
- **občanský průkaz**
- kapesné na drobnosti (občerstvení)

Další vybavení kurzu (zajistí škola)

- poučení o bezpečnosti a o možnostech vzniku úrazů během lyžařského kurzu
- sjednání úrazového pojištění (zajistí lékárníčku)
- odborné lyžařské instruktory (učitele tělesné výchovy)
- audio a video potřeby (televize, kamera, fotoaparát)
- metodické příručky, mapy
- nářadí a vosky,

