

Lyžařský kurz - informace pro rodiče a žáky

Třída: 2.C

Termín: 14. 3. – 19.3. 2022

Odjezd: pondělí 14. 3. 2022 dopoledne

Příjezd: sobota 19. 3. 2022 odpoledne

Místo konání: Krušné hory, lyžařský areál Klínovec (www.holidayinfo.cz) <http://www.klinovec.cz/mapa/klinovce>

Ubytování: penzion Koruna Loučná

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

Doprava: autobus

Náplň kurzu: výuka a zdokonalování:

- ❖ Sjezdového lyžování
- ❖ Běžecského lyžování

Cena kurzu: 3 200,-Kč (300,-Kč příspěvek z nadace), zálohu 1 200,-Kč zaplatíte do 20. 12. 2021 , doplatek 2000,-Kč zaplatíte do 31.1.2022 .

Peníze posílejte na účet školy: KB 3295460277/0100

Variabilní symbol: evidenční číslo žáka

Specifický symbol: 623

Do poznámky k platbě uveďte jméno žáka.

Žáci si s sebou na kurz přivezou peníze na skipas: (na stránkách skiareálu ještě nejsou uvedené ceny skipasů na sezónu 2021/2022)

Uskutečnění a průběh kurzu je podmíněn aktuální epidemiologickou situací.

Cena zahrnuje (zajistí škola): Ubytování a stravu, dopravu

Osobní vybavení pro účastníka kurzu: (zajistí účastník kurzu)

- lyžařská výzbroj - sjezdové lyže a hůlky, běžecské lyže a hůlky, lyžařské boty a výběrově snowboard (sjezdové lyže jsou vybaveny brzdícím systémem a vázání je seřizené a zkontrolované odborníkem, snowboard je vybaven bezpečnostním popruhem). Škola nabízí zájemcům půjčení kompletní lyžařské výzbroje (poplatek 100,-Kč.)
- lyžařská výstroj – zimní bunda (doporučujeme nepromokavé, odolné větru se sněhovým pásem)
 - lyžařské kalhoty (šponovky, kombinéza, oteplovačky, apod.)
 - lyžařské rukavice (prstové) + jedny náhradní (ne pletené)
 - lyžařské brýle, sluneční brýle (ochrana očí proti sněhu a větru)
 - zimní čepice + jedna náhradní, šála, šátek
 - lyžařská přilba (povinná)
- běžkařská výstroj
- 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
- **kartičku pojišťovny**
- kapesné na drobnosti (občerstvení)

Doporučené vybavení kurzu (zajistí škola)

- poučení o bezpečnosti a o možnostech vzniku úrazů během lyžařského kurzu
- lékárnička
- odborné lyžařské instruktory (učitele tělesné výchovy)
- nabízí půjčení lyžařské výzbroje
- audio a video potřeby (televize, kamera, fotoaparát)
- metodické příručky, mapy
- nářadí a vosky

