

Lyžařský výcvikový kurz Lachtal 2025

Odjezd: středa 5.3., sraz v 7:00, odjezd v 7.30 od školy (již v lyžařském oblečení)

Příjezd: neděle 9.3. cca 20:00–22:00

Personální zabezpečení:

vedoucí kurzu: R. Prokšová

instruktoři: T. Jícha, S. Nováková, I. Matějčková (725 326 472)

zdravotník: J Kostrhounová

Nutné doklady:

Odevzdat do pátku 28. 2. 2025 v nezálepené obálce se jménem dítěte

(do kabinetu fyziky paní učitelce Prokšové):

- kopie kartičky zdravotní pojišťovny
- kopie OP nebo cestovního pasu
- posudek o zdravotní způsobilosti od lékaře- potvrzení od pediatra
- potvrzení o seřízení lyží **ze servisu!**

S sebou při odjezdu - zkontrolujeme před vstupem do autobusu:

- prohlášení o bezinfekčnosti a prohlášení o případném užívání léků (**s datem odjezdu**)
- platný cestovní pas nebo OP
- originál kartičky pojišťovny

Nutná výbava:

- přilba, brýle
- **lyže, hůlky - nutné v obalu**, lyžačky v tašce
- chránič páteře (doporučený)

Ostatní:

- 6 € na pobytovou taxu v hotovosti (vybírat se bude po cestě v autobusu)
- **Prostěradlo a povlečení**
- Kinedryl (na svah budeme dojíždět cca 35 minut) - odevzdá zdravotníkovi
- Na cestu pořádnou svačinu a oběd (začínáme až večer a končíme obědovým balíčkem). Po cestě tam je pouze jedna zastávka s drahým občerstvením, prosím nespolehejte na nákup po cestě. U řidiče je možné zakoupit vodu či sladké nápoje (€, Kč). Na chatě je možné za nakoupit v bufetu (pouze €), který se otevírá každý den po večer.
- Cenné věci a elektroniku (vč. mobilních telefonů) na vlastní riziko

Oblečení (zabalte se do tašek, zákaz kufrů)

- zimní nepromokavá bunda a kalhoty (nebo kombinéza)
- čepice
- 2 x lyžařské rukavice
- **lyžařské brýle**
- sluneční brýle
- šála, šátek nebo nákrčník
- punčocháče nebo podvlíkačky
- 2 x teplé ponožky nebo podkolenky
- 2 x první vrstva (termo triko s dlouhým rukávem)
- 2 x druhá vrstva (svetr nebo mikina)
- spodní prádlo dle potřeby
- ponožky dle potřeby
- Do chaty
 - tepláky, kalhoty
 - 2 x tričko s krátkým rukávem, mikina
 - pyžamo
 - **domácí obuv**
 - hygienické potřeby