

Vybavení na lyžařský kurz

Lyžařská helma

Sjezdové lyže, hůlky a boty; běžky, běžecké hůlky a boty

Teplé oblečení na sjezdovky (rukavice, šála, čepice, oteplovačky, teplá bunda)

Lehčí oblečení na běžky (šustáková souprava, lehčí rukavice)

Malý batůžek nebo „ledvinka“

Sjezdové brýle, sluneční brýle, mastný krém, běžecké vosky (*alespoň základní řada vosků, korek, odstraňovač vosků – možná domluva se spolužáky*)

Věci osobní potřeby, přezůvky do chaty, hry, hygiena, zásoba ponožek ...

Případné léky – pokud je žák užívá

Kapesné cca 1800,- Kč (na vlek, občerstvení na běžeckých túrách),

Jídlo na oběd v den odjezdu na hory – stravování začíná večeří.

Nezbytné dokumenty:

1. Lékařské potvrzení, že se žák /žákyně může zúčastnit školního lyžařského kurzu (před odjezdem dle určení vedoucího kurzu)
2. Potvrzení o seřízení vázání (před odjezdem dle určení vedoucího kurzu)
3. Prohlášení o zdraví dítěte a o bezinfekčnosti (v den odjezdu)
4. Kartička zdravotního pojištění