

## Informace - Lyžařský výcvikový kurz 2025, 7. ročník

**Místo:** hotel Zadov, Zadov 350, 384 73 Stachy

<http://www.zadovhotel.cz>, <https://www.lazadov.cz/la/stredisko-mapy.asp>

**Termín:** 19. – 25. 1. 2025

**Odjezd:** 19. 1. 2025 v 9:30 hod. z parkoviště u školy, nakládání věcí od 9:00 hod.

**Příjezd:** 25. 1. 2025 mezi 14:00 – 15:00 hod. ke škole

**Vedoucí kurzu:** Mgr. Jitka Štorková (storkova.jitka@zsobreziny.cz)

**Instruktoři a zdravotník:** tým instruktorů ZŠ O. Březiny

**Cena:** 7 210,- Kč (6 x 1035,- Kč/ den – ubytování, plná penze, pitný režim; 1000,- Kč na dopravu)

**Vlekonné:** předpokládaná cena cca 2-2,5 tis. Kč (bude upřesněno v lednu) - dítě si vezme tyto peníze s sebou

**Kapesné:** doporučujeme pouze menší obnos peněz – k dispozici bufet se sladkostmi

**Důležité:** Podmínkou účasti na LVK je bezproblémové chování ve škole (dle doporučení třídní učitelky a výchovné komise).

I v případě nepříznivých sněhových podmínek se kurz uskuteční! Lyžařský výcvik bude nahrazen outdoorovými aktivitami.

**Lyžařský/snowboardový výcvik zvládnou i úplní začátečníci! Nebojte se začít! ☺**

### Výzbroj:

- sjezdové lyže nebo snowboard (možno vzít si oboje).
- lyžařské hole povinné (i na sjezdové lyžování)
- běžecké lyže – pro všechny jsou povinné!  
Pokud nemá někdo vlastní běžky, zapůjčíme mu na kurzu školní. Předpokládám, že když si některé děti nepřišly zkusit boty, budou mít vybavení vlastní.
- lyžařské/snowboardové boty (sbalené v tašce na boty nebo ve „velkém“ zavazadle, ne samostatně!)
- doporučujeme chránič páteře
- **ochranná přilba – je povinná!!!** (na přepravu autobusem sbalená ve „velkém“ zavazadle, **ne nikde připnutá na tašku/vak s lyžemi/snowboardem** – nebezpečí poškození!)

### Doporučená výstroj:

- lyžařská/snowboardová výzbroj svázaná a sbalená ve vaku (ne igelitové tašky)
- oblečení na běžky (šustáky, větrovka, rukavice, čepice, brýle, šátek na krk...)
- oblečení na sjezdovky/snowboard – 2x! (kombinéza nebo oteplovací kalhoty a bunda, čepice, rukavice, sjezdařské brýle,...)
- dostatek náhradního prádla na převlečení, svetr, ponožky atd.
- zimní turistická obuv, přezutí a oblečení do chaty, pyžamo, toaletní potřeby, opalovací krém, ...
- do skupinky lyžařské vosky, hadr a přípravek na čištění lyží
- menší batoh, ledvinku, nosiče na běžky

**Různé:** je vhodné si vzít psací potřeby (tužky, fixy, pastelky), blok, karty, společenské hry, láhev na čaj, baterku – na běžky čelovku, hudební nástroj...

## **DŮLEŽITÉ!!!**

**Před odjezdem děti předloží:**

- a) **potvrzení o zdravotní způsobilosti dítěte k účasti na lyžařském výcviku** (vystaví pediatr) – ODEVZDAT DO KABINETU TV DO 16. 1. 2025
- b) **rodiči podepsané prohlášení, které bude zahrnovat:**
  - **čestné prohlášení o bezinfekčnosti platné nejdéle 24 hodin před nástupem na kurz**
  - **potvrzení o kontrole lyží a seřízení vázání** (nemusí být ze servisu, stačí rodiči podepsané prohlášení)  
(děti obdrží tento dokument v týdnu před odjezdem)!!!
- d) **kopii kartičky zdravotní pojišťovny, léky - pokud dítě některé užívá**