



Informace pro účastníky LYŽAŘSKÉHO VÝCVIKOVÉHO KURZU 2018:

- termín: **19. – 24. února 2018**
- odjezd: pondělí, 19. února, **8:00** hodin
- příjezd: sobota, 24. února, do **12:00** hodin
- ubytování **na horské chatě SOLITER**, Malá Morávka - Karlov pod Pradědem 100, Jeseníky, tel. č.: 604 856 132, 774 817 817, chatasoliter.jeseniky.com
- **lyže odborně seřídít** na svoji váhu a lyžařské schopnosti
- vedoucí kurzu: Mgr. O. Pekárek, dozor: Ing. H. Nováková

Před nástupem do autobusu odevzdat:

- potvrzení o zdravotní způsobilosti, bezinfekčnosti žáka a seřízení lyží
- kopii kartičky zdravotní pojišťovny

Kdo požadované dokumenty neodevzdá, nemůže se zúčastnit LVK.

Seznam doporučených věcí:

- **vybavení pro sjezdové lyžování** (lyže, boty, hole, přilba) seřizené v servisu nebo oprávněnou osobou. U lyží zapůjčených v servisech je toto potvrzení standardem.
- lyžařské kalhoty nebo kombinéza, bunda, brýle
- 2x rukavice, 2x čepice, šála, šátek, podkolenky, podvlíkačky nebo tenké tepláky jako spodní vrstva pod lyžařské kalhoty, spodní prádlo, ponožky s tenkou i silnou složkou, vhodné teplé oblečení (trička, rolák, svetr), pohodlná teplá obuv na hory, **přezůvky**
- domácí oděv, pyžamo
- toaletní potřeby (kartáček, pasta, mýdlo, šampón, krém na obličej, pomáda na rty), kapesníky, ručník (menší, větší), malý batoh, kousek šňůry (na prádlo)
- kapesné dle uvážení
- karty, stolní hry – jen pokud zbude místo v batohu
- věci zabalte **do pevného zavazadla, lyže spojte dohromady s hůlkami páskou napevno** (izolepa, suchý zip) nebo uložte do vaku
- **zvažte prosím, zda je nutné na LVK vozit notebooky, tablety apod., nebo bude lepší si od těchto jistě užitečných věcí chvíli odpočinout. Pokoje jsou uzamykatelné, za své věci si však každý žák zodpovídá samostatně.**