



## Základní škola Třešť, J. Hory 1050, 589 01 Třešť

### Lyžařský výcvikový kurz v Krkonoších – školní rok 2014/2015

V rámci výuky tělesné výchovy proběhne ve školním roce 2014/2015 lyžařský výcvikový kurz sjezdového a běžeckého lyžování pro žáky 7. tříd (8 dní). Kurz je možné absolvovat po předchozím oznámení na snowboardu. Lyžařský výcvikový kurz se uskuteční v Malé Úpě v Krkonoších ve dnech 3. až 10. ledna 2015. Ubytování a stravování je zajištěno v penzionu JEŘABINKA. Cena lyžařského výcvikového kurzu je 4.900,- Kč a zahrnuje dopravu autobusem, ubytování s plnou penzí, poplatky za lyžařské vleky a základní pojištění. Žáci budou před odjezdem a při zahájení kurzu seznámeni s bezpečnostními předpisy platnými pro lyžařské kurzy a se zásadami chování na horách.

#### Bližší informace:

- Vedoucím kurzu je Mgr. Josef Smetana. V průběhu kurzu je dostupný na mobilním telefonu 736 487 051, mimo tuto dobu je možné volat pevnou linku 567 584 957.
- Odjezd na kurz je naplánovaný na sobotu 3. 1. 2015 v 7.00 hodin od základní školy v ulici J. Hory.
- Návrat z kurzu se předpokládá v sobotu 10. 1. 2015 do 18.00 hodin (bude upřesněno).
- Lyžařské vybavení:
  - lyžařská helma – povinná pro lyžaře a snowboardisty,
  - chránič páteře, loktů, holení a zápěstí – povinný pro snowboardisty,
  - sjezdové lyže s hůlkami nebo snowboard – bezpečnostní vázání musí být funkční a seřízeno odborným servisem,
  - v případě snowboardu z půjčovny doporučujeme kontaktovat Mgr. L. Vonku (774 948 492), který poskytne radu ke správnému výběru,
  - boty na sjezdové lyžování, boty na snowboard
  - boty na běžecké lyžování, běžecké lyže s hůlkami (zájemcům může být do vyčerpání zásob zapůjčen školní komplet za 200,- Kč/kurz),
  - lyžařské brýle,
  - lyžařské vosky – základní stoupací a sjezdový
  - smývač vosků,
  - hadr.
- Oblečení a obuv:
  - zimní bunda,
  - oteplovací kalhoty, kalhoty na běžky,
  - větrovka,
  - čepice – 2 kusy,
  - rukavice – 2 páry,
  - ponožky a spodní prádlo – dostatečné množství,
  - oblečení a obuv na chatu.
- Ostatní:
  - zubní pasta, mýdlo, krém na obličej, jelení lůj, šití ...
- Kartička pojištěnce.
- Potvrzení o bezinfekčnosti.
- Žáci, kteří užívají léky je budou mít s sebou v originálním balení včetně návodu na užívání a jejich užívání oznámí vedoucímu kurzu a zdravotníkovi.
- Jako zavazadlo doporučujeme krosnu nebo větší batoh.
- Způsob platby – bezhotovostní – číslo účtu a variabilní symbol žáci obdrží po přihlášení
  - záloha 2.000,- Kč musí být uhrazena nejpozději do konce měsíce října 2014
  - doplatek 2.900,- Kč musí být uhrazen nejpozději do 15. prosince 2014