

LYŽAŘSKÝ VÝCVIKOVÝ KURZ PRO ŽÁKY ZŠ TŘEŠŤ

LVK JESENÍKY 2023

V rámci výuky TV proběhne v příštím školním roce LYŽAŘSKÝ VÝCVIKOVÝ KURZ sjezdového a běžeckého lyžování.

**LVK se uskuteční na Horské chatě Barborka v Jeseníkách
v termínu 8. ledna až 13. ledna 2023 (neděle-pátek) pro žáky 7.B a 7.C
v termínu 29.ledna až 3. února 2023 (neděle-pátek) pro žáky 7.A a žáky 8. ročníku**

Předpokládaná cena LVK je 6.500 Kč a zahrnuje dopravu autobusem, ubytování s plnou penzí, lyžařské vleky a pojištění. Před odjezdem na kurz žáci odevzdají potvrzení o zdravotní způsobilosti potvrzené lékařem.

Povinná výbava:

SJEZDOVÉ LYŽE: lyže, boty, hůlky, lyžařská helma, bezpečnostní vázání seřizeno odborným servisem!

BĚŽECKÉ LYŽE: lyže, boty, hůlky, základní stoupací vosky, smývač vosků a hadr

SNOWBOARD: pouze po předchozím oznámení v přihlášce, lyžařská helma, chránič páteře, chrániče loktů, kolen a zápěstí

DOPLŇUJÍCÍ INFORMACE:

Žáci budou před odjezdem a při zahájení kurzu seznámeni s bezpečnostními předpisy platnými pro lyžařské kurzy a se zásadami chování na horách.

Další informace:

- Vedoucím kurzu je Mgr. Josef Smetana. V průběhu kurzu je dostupný na mobilním telefonu 734 449 294, případně je možné volat pevnou linku ZŠ 567 584 957.
- Odjezd na kurz je naplánovaný na neděli 8. 1. 2023 (29.1.) v 7.00 hodin od základní školy v ulici J. Hory.
- Návrat z kurzu bude v pátek 13. ledna 2023 v 19.00 hodin (bude upřesněno).
- Lyžařské vybavení:
 - lyžařská helma – povinná pro lyžaře i snowboardisty,
 - chránič páteře – povinný pro snowboardisty
 - pro snowboardisty navíc chránič páteře, loktů, kolen a zápěstí.
 - sjezdové lyže s hůlkami nebo snowboard (bezpečnostní vázání musí být funkční a **seřizeno odborným servisem**)
 - boty na sjezdové lyžování, boty na snowboard
 - boty na běžecké lyžování, běžecké lyže s hůlkami (povinné pro lyžaře i snowboardisty)
 - lyžařské brýle (doporučujeme)
 - lyžařské vosky – základní stoupací a sjezdový
 - smývač vosků,
 - hadr.

- Oblečení a obuv:
 - zimní bunda
 - oteplovací kalhoty
 - 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.