

Pokyny pro účastníky lyžařského kurzu



Odjezd:	14. 1. 2019 (pondělí), sraz v 7:30 hod. u školy
Příjezd:	18. 1. 2019 (pátek), asi mezi 11 a 12 hod. ke škole
Cena:	3.600,- Kč (v ceně je zahrnuto ubytování s plnou penzí, doprava autobusem, vleky aj.), doplatek uhradíte do 11. 1. 2018
Místo:	Sporthotel Kurzovní pod Pradědem, Jeseníky
Vedoucí kurzu:	Mgr. Jaroslav Andrejko, tel.: 736 685 202
Instruktoři:	Mgr. Eva Prokopová, Mgr. Vladimír Mokrohajský, Mgr. Jarmila Skřipčáková
Noční dozor:	Mgr. Andrejko Jaroslav
Zdravotník:	Mgr. Andrejko Jaroslav
Třídy:	1. A 7(8) žáků+ 1. B 10 (9) + 1. C 12 + 1. D 7 + 1. E 1

Výzbroj a výstroj:

Všechny věci si balíte do batohu /ne do kabely/, lyže pořádně svážeme, nejlépe do vaku na lyže. Na cestu pohodlné boty – zimní, nutné přezůvky na chatu. Zajistěte si sjezdovou výzbroj a přilbu. Každý účastník musí mít bezpečnostní vázání odborně seřízeno, brzdy proti ujetí lyží, lyžařské nebo sluneční brýle, věci osobní hygieny, baterku, krém na obličej, jelení lůj na rty, tři páry teplých ponožek, trička s dlouhým rukávem, podvlékač spodky, svetr, lyžařské kalhoty, bundu, dva páry rukavic, dvě čepice, čelenku, šátek, kapesníky, pyžamo, oblečení na chatu, **náplast, obinadlo, kapky proti kašli /Mucosolvan/, léky na snížení teploty /Paralen/, léky proti bolesti v krku, kapky na rýmu.**

Pro lyžaře:

Povinně – přilba, rukavice.

Pro snowboardisty:

Povinně – přilba, bezpečnostní řemínky na vázání, chrániče na zápěstí, rukavice.

Doporučujeme – další chrániče /lokty, kolena, páteř apod./.

Upozornění:

- každý účastník musí mít při odjezdu potvrzení o bezinfekčnosti **s datem jeden den před odjezdem** /tiskopis obdržíte ve škole nebo ho lze stáhnout z webových stránek naší školy/, občanský průkaz, průkaz pojištěnce, osobní léky
- nezapomeňte psací potřeby, poznámkový blok
- kapesné
- lyžařské vosky
- stravování začíná obědem a končí snídaní
- před odjezdem sledujte nástěnku u kabinetu TEV – dozvíte se případné změny
- **7. 1. 2018 v 9:25 se v tělocvičně bude konat informační schůzka všech účastníků**
- **po dobu přepravy i výcviku dbejte všech bezpečnostních předpisů, buďte ukáznění, hlídejte si své věci, dbejte pokynů vedoucích**
- **nezapomeňte, že i na kurze platí školní řád v plném rozsahu**

Zpracoval: Mgr. J. Andrejko