

Pokyny pro účastníky lyžařského kurzu

Odjezd:	3.1. 2023 (úterý), sraz v 7:30 hod. u školy, odjezd v 8:00 hod.
Příjezd:	6.1. 2023 (pátek), asi mezi 15:30 a 16 hod. ke škole
Cena:	4.500 Kč (v ceně je zahrnuto ubytování s plnou penzí, doprava autobusem), doplatek 1.200 Kč uhradte do 15. 12. 2022. Částka 1.300Kč bude od žáků vybrána v místě konání lyžařského kurzu a poslouží k zaplacení vleků.
Místo:	Penzion Praděd, Karlov pod Pradědem 72, 793 36 Malá Morávka
Vedoucí kurzu:	Mgr. Jaroslav Andrejko, tel.: 736 685 202
Instruktoři:	Mgr. Eva Prokopová, Mgr. Vladimír Mokrohajský, Mgr. Jarmila Skřipčáková a Mgr. Kryštof Myška
Noční dozor:	Mgr. Andrejko Jaroslav
Zdravotník:	Mgr. Andrejko Jaroslav
Třídy:	1. A 14 žáků + 1. B 9 žáků + 1. D 10 žáků + 1. E 1 žák 2. A 1 žák + 2. B 7 žáků + 2. E 3 žáci

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, podvlékačí 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 obědem
- před odjezdem sledujte nástěnku u kabinetu TEV – dozvíte se případné změny
- **14. 12. 2022 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