

**LYŽAŘSKÉ VÝCVIKOVÉ KURZY 2015**

*Informace pro účastníky a jejich rodiče*

**Místo konání:** Vebrova bouda, Krkonoše

**Termín:** 11. – 18.1.2015 1. kurz – 1.A, 1C, část O5  
vedoucí Jiří Beran

15. – 22.2.2015 2. kurz – 1.B, O3  
vedoucí Blanka Berdychová

**Odjezd:** 11.1.2015 (neděle) 8.00 hodin od budovy školy – 1.kurz,sraz v 7.45  
15.2.2015 (neděle) 8.00 hodin od budovy školy – 2.kurz,sraz v 7.45

**Návrat:** neděle 18.1.2015 (1.kurz) a neděle 22.2.2015 (2.kurz) přibližně  
v 16 hodin k budově školy.

**Žáci musí mít:** vybavení pro výcvik na sjezdových lyžích a běžeckých lyžích  
(běžecké vybavení může v **omezeném množství** zapůjčit škola)  
bezpečnostní vázání , doklad o jeho seřízení v odborném servisu (vyžaduje  
pojišťovna v případě úrazu), osobní doklady, kartu pojištěnce ZP ,potvrzení  
o bezinfekčnosti (max. 3 dny staré) - týden před odjezdem pošle škola rodičům  
prostřednictvím dětí formulář (ke stažení i na stránkách školy)

**Program:** Výcvik v jízdě na sjezdových i běžeckých lyžích, poznávání Národního  
parku Krkonoše a jeho ekologie, přednášky a besedy.

*Vebrova bouda leží v Javořím dole v oblasti Pece pod Sněžkou v nadmořské výšce 1050 m.  
Z Pece je to podle podmínek přibližně 45 minut chůze do kopce. Rolba vyveze lyže, batohy  
všem účastníkům. Malé batůžky si nesou účastníci sami. Nevhodným zavazadlem je kufr nebo  
taška, pokud bychom, ve výjimečném případě, museli zavazadla někam přenést.*

**Výzbroj:** sjezdové lyže, boty, hole musí mít žáci vlastní (možnost vypůjčení  
v půjčovnách), těm, kteří nemají běžecké vybavení, je zapůjčí škola  
(v **omezeném množství**), jinak opět nutno vypůjčit v půjčovně.  
vosky sjezdové,běžecké + lahvičku s benzinem (označenou jmenovkou-  
studenti 03) nebo s látkou na čištění lyží a hadr na čištění lyží,  
řemínky, vak na lyže, **lyžařskou helmu**

**Výstroj:** batoh, kletr turistické, pevné boty(ne tenisky,kozačky)  
teplá bunda,svetr toaletní potřeby  
nepromokavá větrovka pyžamo  
trička s dl.i krátkým rukávem sjezdové brýle, sluneční brýle  
2 funkční prádlo (tričko,nátělník) kalhoty na lyžování  
2 čepice (kulichy),šátek peníze (nejméně 1500,- Kč)  
dvoje rukavice hudební nástroj (kdo jej ovládá)  
dlouhé spodky baterka  
troje teplé ponožky, podkolenky impregnace na obuv (kožené boty)  
oblečení pro pobyt v chatě domácí obuv (zabalit úplně navrch !)  
poznámkový sešit mastný pleťový krém  
dvoje noviny na sušení bot Paralen, vitaminy, pružné obinadlo  
pomůcky pro uspořádání drobných her, zábavy  
ostatní výstroj pro sjezdové a běžecké lyžování dle vlastního uvážení,  
seznam je doporučením.

**Nebrat s sebou audiotechniku, která by narušovala hlukem klid na budově !!!**

**Pokud si vezmete drahou elektroniku, tak pouze na vlastní odpovědnost !**

**Vlastní léky** (v případě, že je student užívá)

**Důležité upozornění:** Pokud se žák např. pro onemocnění nemůže kurzu zúčastnit,  
oznamte to vedoucímu zájezdu včas, aby nebyl zdržován odjezd. Počítejte také s  
možností stornovacího poplatku podle obdržených stornovacích podmínek.