



LVK č. 1

Pokyny pro účastníky lyžařského kurzu

Termín: 23. 27. 1. 2017

Místo pobytu: Školní chata v Desné v Jizerských horách

Odjezd: 23. 1. 2017 v 9:00 hod. od budovy SŠAI

Sraz: v 8:45 hod. u školy.

Návrat: 27. 1. 2017 do Prahy k budově školy cca v 12:00 hodin.

Stravování: Snídaně a druhé večeře připravuje pedagogický doprovod, obědy a večeře jsou objednány v blízké restauraci.

Vedoucí kurzu: Mgr. Milena Marešová

Nezapomeň!!!

1. Prohlášení o bezinfekčnosti podepsané rodiči a potvrzení o seřízení vázání (lyže je možné si nechat seřídit v servisu v místě konání kurzu).
2. Průkaz zdravotního pojištění pro případ lékařského ošetření.
3. Ostatní léky v případě, že nějaké užíváte.
4. Pružné obinadlo, polštářkovou náplast (1x širší, 1x užší).
5. Společenské hry pro volný čas - dáma, šachy, knížka.
6. **1700,- Kč** na lyžařské vleky (viz Černá Říčka a cca 450 Kč vlek Tanvadský Špičák) + kapesné dle uvážení - nápoje atd.



Lyžařská nebo snowboardová výzbroj: Vhodné sjezdové lyže, boty, hůlky, snowboard.

Doporučujeme lyžařskou helmu! Snowboardisté mají helmu povinnou!!!

Lyžařská a snowboardová výstroj: Pohodlná, teplá, nepromokavá kombinéza nebo bunda a kalhoty na sjezdovky, **2x čepice**, 2 páry rukavic, přezůvky do chaty, pyžamo a věci osobní hygieny, šálu nebo šátek na krk (nákrčník nebo rolák), **krém s UV filtrem, sluneční brýle, lyžařské vosky sjezdové.**

Hlavní výcvik se uskuteční v areálu **ČERNÁ ŘÍČKA** – www.cerna-ricka.cz

(na stránkách najdete všechny potřebné informace i ceny vleku)

V případě neúnosného porušování kázně vyzveme rodiče, aby si své dítě na vlastní náklady odvezli domů. V případě onemocnění, bude dítěti poskytnuta první pomoc a rodiče budou požádáni, aby si nemocné dítě odvezli domů do domácího ošetření.

Telefon škola: 242 456 138, 242 456 100

Telefon chata: 483 383 238

V Praze dne 6. 1. 2017

Mgr. Milena Marešová
vedoucí lyžařského kurzu

