

# Lyžařský výcvikový kurz 2023

## INFORMACE PRO ÚČASTNÍKY, SEZNAM VĚCÍ a DOKUMENTŮ

---

Jako vodítko uvádíme tento seznam:

### Výstroj a výzbroj

#### Lyže

- svázané k sobě i s hůlkami, nejlépe ve vaku
- podepsané lyžařské boty (nejlépe ve vaku)
- podepsaná lyžařská helma – povinná!
- lyžařské brýle

#### Cestovní zavazadlo

- oblečení na lyžování (kombinéza nebo kalhoty a bunda, funkční prádlo, kukla nebo šála, šátek, alespoň dvoje rukavice, dvoje teplé ponožky do lyžáků,)
  - sluneční brýle
  - rukavice, čepice, nákrčník, šála či šátek
  - dostatečné zásoby ponožek
  - oblečení na ven vhodné do sněhu (např. zateplené šustáky)
  - mikinu, svetr, trička
  - spodní prádlo
  - oblečení do chaty – přezůvky!, tepláky, trička
  - oblečení na spaní
  - hygienické a toaletní potřeby (ručník, kapesníky, kartáček na zuby, pasta, hřeben, mýdlo, krém, **opalovací krém**, jelení lůj, látkový pytel na špinavé prádlo,...)
  - knížku, sešit, psací potřeby, hry, **hudební nástroj...**
  - **malý batoh, baterku, láhev na pití, roušky**
  - přiměřené kapesné (žádné velké částky)
- 

### Doklady a léky

**Do 24. 2. v nezalepené obálce se jménem** a aktuálním telefonním kontaktem odevzdat

- potvrzení o zdravotní způsobilosti
- kopii kartičky pojištěnce
- potvrzení o seřízení vázání ze servisu (kdo si lyže půjčuje, až při odjezdu)
- prohlášení rodičů (podpis o seznámení s bezpečností a organizací kurzu, škoda, nemoc...)

**V den odjezdu u autobusu odevzdat:**

- prohlášení o bezinfekčnosti (s datem odjezdu!)
- léky, které dítě pravidelně užívá (se jménem a dávkováním v sáčku nebo krabičce)- uloženy budou u zdravotníka

### **Bez kteréhokoliv z těchto dokladů nelze na LVK odjet!!!**

Informace a tiskopisy ke stažení na [www.zstyniste.cz](http://www.zstyniste.cz)

– záložka Informace pro rodiče, Lyžařský výcvikový kurz

### Co v žádném případě děti nepovezou

Alkohol, cigarety, veškeré škodlivé látky, které nejsou v souladu se školním řádem a řádem LVK, žádné cennosti. Za mobilní telefony, tablety či notebooky neponese škola zodpovědnost. Zvažte, co dítě s sebou opravdu potřebuje.