

Informace o lyžařském kurzu 2017



Vedoucí kurzu : Mgr. K.Derfl **Termín konání :** 19.-24.února 2017

Místo konání : Skiareál Lipno, přímo v centru (www.lipnoservis.cz nebo www.zschrastice.cz).

Ubytování : Chata Lanovka, v 8 lůžkových pokojích s koupelnou, WC a kuchyňkou. Wi-Fi.

Stravování : Celodenní (3x denně) přímo v objektu. Pitný režim je zajištěn. Prvním společným jídlem bude večeře 19.2.2017, poslední bude oběd v pátek 24.2.2017. Možnost nákupu jídla a pití též v supermarketu vedle chaty, dále občerstvení ve stáncích a bufetech v celém areálu.

Doprava : Odjezd z Chraštic od školy autobusem Triotour Lety v neděli **19.2.2017 ve 12.00 hod.**

Sraz o cca 20 minut dříve! Návrat opět ke škole v pátek **24.2.2017** odpoledne **kolem 17.00 hod.**

Program : Hlavní náplní kurzu je výcvik ve sjezdovém lyžování (pro začátečníky i pokročilé). Dále vycházky do okolí, návštěva bazénu, večerní soutěže a hry. Výuka - nebezpečí hor, zásady první pomoci, znalost pravidel FIS o pohybu na sjezdovkách, beseda se členem HS, aj.

Výzbroj : Sjezdové lyže s bezpečnostním vázáním + potvrzení o seřízení (je možno čestné prohlášení rodičů, že mají vázání seřizeno), lyžařské hůlky, boty lyžařské přezkové, povinná ochranná přilba, lyže v ochranném vaku nebo dobře sepnuté a označené. Zapůjčení kompletního lyžařského setu včetně přilby stojí cca **600,-Kč** (cena je již s 50% slevou pro ubytované + přilbou zdarma). **Platí se hotově po příjezdu** na místě resp. při vyzvednutí lyží v půjčovně v suterénu chaty. Odborné seřízení vázání garantuje půjčovna, vybavení i servis je velmi kvalitní! Lyže budou v chatě uloženy v uzamčené lyžárně.

Věci s sebou : Oblečení na sjezdovku: zimní bunda a kalhoty vhodné na lyžování, svetr, čepice, dvoje dobré nepromokavé rukavice, ponožky do přezkáčů (nemusí být silné! nejlépe moira), **sluneční brýle**, lyžařské brýle, všem doporučujeme tzv. funkční prádlo (moira atp. – tričko s dlouhými rukávy, spodní kalhoty či punčocháče, spodní prádlo, ponožky, kukla či šátek na krk). Všechno oblečení v dostatečném množství pro případ promáčení.

Další potřeby: Oblečení na cestu a do chaty, trička, náhradní prádlo, šátek (na krk a na hry), pyžamo, ponožky slabší, kapesníky, přezůvky, plavky, **hygienické potřeby**, ochranný krém na obličej (alespoň faktor 20), osobní léky (nahlásit učiteli!), pružné obinadlo, ručník nebo osuška, stolní hry, karty atp. **Vše zabalte do jednoho zavazadla + 1 menší batůžek na cestu.**

Kapesné: Dle uvážení rodičů (na vlastní nákupy atp.), dále peníze na 1x vstup do bazénu (43,-Kč), popř. na Stežku korunami stromů (100,-Kč), tobogán (50,-Kč/1 jízda + 1 zdarma) nebo na večerní lyžování (130,-Kč). Uvedené ceny jsou již se započítanou slevou 30 nebo 50%! Vyšší obnos peněz si děti mohou uložit u vedoucích.

POZOR! DVD přehrávače, tablety, notebooky, mobily apod. zařízení si žáci berou na vlastní riziko! Vyhrazujeme si právo omezit jejich používání a výběr filmů, které si děti budou pouštět!

Cena LVK : Celkem **4700,-Kč**. Na dopravu přispívá SRPZŠ Chraštica. V ceně LVK je zahrnuta doprava, pětidenní skipas do celého Skiareálu Lipno, ubytování, plnou penzi včetně pitného režimu, odměny pro vítěze soutěží, atp. Všichni žáci školy jsou také pojištěni pro případ úrazu.

NEZAPOMEŇTE !!! Přinést do školy potvrzení od lékaře a potvrzení či čestné prohlášení o seřízení vlastních lyží; při odjezdu odevzdat rodiči podepsané potvrzení o bezinfekčnosti.

Informace : Mgr. Karel Derfl, Tel: 739 691 120, Ing. Jana Derflová, Tel: 723 731 976

(Rodiče, sledujte **školní web** a **facebook**, kam budeme průběžně dávat **fotky a videa** z LVK)