



Základní škola a Mateřská škola Nečín, okres Příbram  
Nečín 70, PSČ 262 13, č.ú. 181 352 135/0300  
IČO 75033631, e-mail: zs.necin@seznam.cz, tel. 318588186  
ID datové schránky wagmfmx

## Informace o lyžařském výcvikovém kurzu 2020

**Vedoucí kurzu:** Mgr. Jolana Vaněčková

**Termín:** 29.2. - 7.3.2020

**Místo konání:** Skiareál Rokytnice nad Jizerou (<https://www.skiareal-rokytnice.cz/>)

**Ubytování:** Penzion Družba, Rokytnice nad Jizerou

**Stravování:** Celodenní (3x denně) přímo v objektu. Pitný režim je zajištěn. Prvním společným jídlem bude oběd 29.2.2020, poslední bude snídane v sobotu 7.3.2020.

**Doprava:** Odjezd z Nečína od školy autobusem na Pšenice v sobotu **29.2.2020 v 9.15 hodin. Sraz o cca 15 minut dříve – tj. v 9.00 hod.!** Návrat opět ke škole v sobotu **7.3.2020** dopoledne okolo 12.00 hod.

**Program:** Hlavní náplní kurzu je výcvik ve sjezdovém lyžování (pro začátečníky i pokročilé). Dále vycházky do okolí, 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. 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**, **hygienické potřeby**, ochranný krém na obličej (alespoň faktor 20), **osobní léky** (nahlásit učitelům!), pružné obinadlo, ručník nebo osuška, stolní hry, karty atp. **Vše zabalte do jednoho zavazadla + 1 menší batůžek na cestu.**

**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 skipasů: 2000 Kč – bude mít každý žák s sebou!** Doplatek LVK **1360,-Kč** uhradte nejpozději do **31.1.2020**. Doprava bude vyúčtována až po návratu.

Všichni žáci školy jsou také pojištěni pro případ úrazu.

**Nezapomeňte:** Potvrzení či čestné prohlášení o seřízení vlastních lyží; kartičku pojišťovny a podepsané potvrzení o bezinfekčnosti.

Více informací případně podá **Mgr. Jolana Vaněčková, 606 955 138**

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