

Lyžařský výchovně vzdělávací zájezd – výstroj a výzbroj

Výzbroj:

sjezdové lyže seřízené nejlépe ze ski-servisu, (snowboard, běžky – dobrovolný výběr), obal nebo řemínky na lyže, sjezdové (snowboardové, běžkové) boty, hůlky, **lyžařské brýle**, sjezdové a běžkařské vosky (potřeby pro mazání postačí pro 10 studentů), **přilba** (povinná na snowboard i lyže)

Výstroj

a) na sport

čepice (2ks) nebo čelenka, rukavice (2 páry), teplé spodní prádlo, zateplené kalhoty na lyže, svetr, teplá bunda, bavlněné triko nebo nátělník, svetr nebo mikina na lyže, podvlíkačky nebo teplé punčocháče pod sportovní kalhoty, teplé ponožky do sportovních bot

b) na ubytovnu a volný čas

přezůvky na ubytovnu, pyžamo, ručník (2ks), hygienické potřeby, krém na obličej, léky (kdo bere pravidelně), peníze pro běžnou potřebu a na vleky, plavky (pokud půjdete do bazénu a sauny – vše se rozhodne na místě, týká se 1.C, 5.A), batoh nebo sportovní taška, taška - batoh na lyžařské boty

Doporučujeme:

hudební nástroje, potřeby pro společenskou zábavu (hry, rekvizity, pomůcky), dobrou náladu a hodně nápadů, šicí potřeby

Na LVVZ nepatří

cennosti (šperky,..), drahé předměty nepotřebné pro výcvik, elektrické konvice a jiné spotřebiče

Nezapomeň!!!

- průkazku pojištěnce
- občanský průkaz (1.C, 5.A)
- kontakt na rodiče
- potvrzení o bezinfekčnosti (u autobusu)
- poučení o BOZP – podepsané (před odjezdem)

Upozornění

Po celou dobu LVVZ platí v plném rozsahu vnitřní řád školy!!!