

## DOPORUČENÝ SEZNAM VĚCÍ NA LYŽAŘSKÝ A SNOWBOARDOVÝ KURZ

### 1. LYŽAŘSKÁ VÝZBROJ A VÝSTROJ

lyže sjezdové nebo snowboard /v obalu /,  
boty - sjezdové, na snowboard /doporučujeme zvláštní tašku na lyž.boty - vozíme je na sjezdovku, tam se přezujeme do lyžařských bot a boty na přezutí uložíme do tašky na boty- předejdeme tak chaosu v úložném prostoru busu/

lyžařské brýle

oblečení na sjezd - snowboard,

teplé ponožky, podkolenky nejméně 2x

2x čepice, 2x rukavice, šátek na krk – nákrčník

bunda a více „vrstev“ pod bundu na výcvik – počasí se během dne může měnit a více vrstev nám umožňuje se počasí přizpůsobit /nejlepe funkční termoprádlo/

**LYŽAŘSKÁ HELMA - povinná /tenká „kukla“ pod helmu/**

### 2. OBLEČENÍ NA CHATU

přezůvky - pokud možno **zabalit navrch, po příchodu na chatu-je nutné se přezout**  
pohodlné, teplé oblečení na pobyt na chatě  
spodní prádlo, pyžamo

### 3. OSTATNÍ POTŘEBY

hygienické potřeby /mycí potřeby, zub.pasta, kartáček , ručník ../

léky, které pravidelně užíváte !!! pokud nesnášíte jízdu v autobuse – nezapomeňte si vzít prášek – **KINEDRYL – nebo TRAVEL GUM ...**

krém na opalování, sluneční brýle,

psací potřeby, sešit, šitíčko,

společenské hry ...

rozpuštěné nápoje, termoska menší na svah do příručního zavazadla

### 4. DOKLADY

cestovní doklady /pas nebo OP/

cestovní pojištění /úrazové, léčebné výlohy.../

průkaz pojištěnce /VZP, ...../

**potvrzení o bezinfekčnosti – odevzdáváme ve škole před odjezdem**

**potvrzení z lyž.servisu o bezpečném seřízení vázání na lyžích a snowboardu –**

**odevzdáváme ve škole spolu s bezinfekčností a řádem LVK**

## 5. PENÍZE

české peníze – na zastávkách na území ČR

eura – **kauci na pokoj — 10 euro + 5 euro kauce na čip skipasu – vybírá se před odjezdem a bude vrácena v den odjezdu**

- kapesné, na polévku, event. jiné polední jídlo / 1. den pondělí – své zásoby?,  
úterý - čtvrtek - řešíte podle vašeho uvážení/
- drobné na WC /50 – 70 centů/