Věci s sebou na lyžařský kurz:

**Vybavení na výuku sjezdového lyžování / snowboardingu:**

Sjezdové lyže, sjezdové hole, sjezdové boty, odpovídající vázání

Snowboard, snowboardové boty, odpovídající vázání

Přilba, sjezdové brýle

**Oblečení:**

Oblečení na výuku sjezdového lyžování / snowboardingu:

Termoprádlo, popř. vzdušné tričko, slabé tepláky nebo legíny

Podkolenky, teplé ponožky

Čelenka, čepice, šátek

Mikina

Oteplovačky, zimní bunda, popřípadě kombinéza

Silnější rukavice

**Oblečení na výuku běžeckého lyžování:**

Termoprádlo, popř. vzdušné tričko, slabé tepláky nebo legíny

Podkolenky, teplé ponožky

Čelenka, čepice, šátek

Mikina

Šusťákové kalhoty, popř. zateplené legíny, šusťáková bunda

Slabší rukavice

**Další vybavení na výcvik:**

Krém na opalování, baťůžek, láhev na pití, pomáda na rty

**Další věci s sebou:**

Vzdušné, pohodlné, teplé oblečení na chatu

Zimní boty

Plavky

Hygienické potřeby

Pravidelně užívané léky

Nákrčník

**Dokumenty:**

Kartička pojištěnce

Prohlášení o bezinfekčnosti

Zdravotní způsobilost

Prohlášení o bezvadném stavu lyží či potvrzení ze SKI servisu

**Peníze:**

Drobné kapesné

Peníze na vleky – cca 1800 Kč + paníze na možné večerní lyžování

Pozn.: Doporučuji nebrat s sebou cenné věci. Po dobu lyžařského kurzu si za ně žáci ručí sami.

Mgr. Květoslav Kolařík - vedoucí kurzu