

## DOPORUČENÉ VYBAVENÍ NA LVVZ

Lyžařská výzbroj: (pro účast na LVVZ požadujeme sjezdovou výzbroj)

- **sjezdové lyže s odborně seřízeným bezpečnostním vázáním s brzdami, běžecké lyže jen běžkující zájemci** - upřesníme před odjezdem dle sněhových podmínek
- **zkontrolované lyžařské boty na sjezdové lyžování (podepsat)**
- **vhodné lyžařské hole na sjezdové lyžování (podepsat)**
- **lyžařská helma - nutná**

### Lyžařská výstroj na sjezdové i běžecké lyžování

Zásada bavlněného ošacení + více vrstev je vhodnější než jeden „tlustý“ svetr

- kombinéza nebo lyžařské kalhoty
- zimní bunda
- čelenka, čepice
- alespoň 3 páry silných ponožek
- 2-3 trička s dlouhým rukávem
- 1 mikina, svetr
- 2 x lyžařské rukavice
- spodky, funkční prádlo
- šála, šátek
- náhradní spodní prádlo
- oblečení do chaty
- přezůvky

### Lyžařské potřeby:

Lyžařské brýle, sluneční brýle, lyžařské vosky (běžkaři - stačí do skupinky), batůžek (na případný výlet), prostředky na smývání vosků - běžkaři, pásy na svázání lyží. Lyže do autobusu musí být svázané, nejlépe v obalu a vše označené jménem (hlavně lyže, které jsou půjčené).

### Ostatní:

Potřeby osobní hygieny, mastný krém, jelení lůj, leukoplast, pružné obinadlo, krém s UV filtrem (případně osobní lékárnička), psací potřeby, hry atd. Peníze na drobné nákupy.

### Nezapomenout :

- **průkaz zdravotní pojišťovny a zdravotní průkaz!!**
- **potvrzení od lékaře, že jsou schopni lyžařský kurz absolvovat!!!!**
- **prohlášení o seřízení vázání !!!**
- **potvrzení o bezinfekčnosti ne starší než 24 hodin!!!**

Upozorňujeme na přísný zákaz požívání alkoholických nápojů, kouření a aplikaci jiných návykových látek při LVVZ. Nerespektování tohoto zákazu budou řešit následná kázeňská opatření dle školního řádu.

Dodatečné příjezdy a předčasné odjezdy z kurzu musí být předem projednány na základě písemné žádosti s vedoucím kurzu a to jen ve výjimečných případech. Při závěrečném vyúčtování (vyjma nemoci či úrazu) nebude na toto brán zřetel.

Odjezd od budovy gymnázia 15. 1. 2017 v 9:00 hod.

Sraz před budovou školy 8:30 hod (přístup do školy nebude možný)

Příjezd z hor ke škole 20. 1. 2017 mezi 17:00-18:00.

Stravování na horách začíná obědem v den příjezdu a končí obědem v den odjezdu.

Doplatek za kurz a dopravu se bude vybírat po skočení kurzu na základě došlých faktur (cca do 14 dnů). Žáci budou potřebovat jen kapesné, cena vleků je zakalkulována do celkové ceny. S penězi, mobilními telefony a jinými cennými věcmi si žáci disponují sami, škola za jejich ztrátu či poškození neodpovídá

Pokud žák užívá nějaké léky, musí je mít s sebou, tuto informaci na začátku kurzu musí sdělit vedoucímu kurzu ([vasickova.radka@gypce.cz](mailto:vasickova.radka@gypce.cz))

## PROHLÁŠENÍ

Žák....., datum narození..... byl vedoucím lyžařského kurzu řádně poučen o zásadách bezpečnosti a možnostech vzniku úrazu při LVVZ a o vhodné lyžařské výzbroji a výstroji.

Žák je schopen se zúčastnit LVVZ.

Žák má v pořádku lyžařskou výzbroj a výstroj a vhodně seřízené bezpečnostní vázání na sjezdových lyžích.

Potíže žáka s alergickým onemocněním<sup>1</sup>:      ANO                                      NE

Druh alergie, případně jiné závažnější zdravotní problémy žáka: .....  
.....

## BEZINFEKČNOST

Prohlašuji, že ošetřující lékař nenařídil dítěti ..... narozenému .....bytem ..... změnu režimu, dítě nejeví známky akutního onemocnění (průjem, teplota, apod.) a okresní hygienik ani ošetřující lékař nenařídil karanténní opatření. Není mi též známo, že v posledních 2 týdnech přišlo dítě do styku s osobami, které onemocněly přenosnou nemocí.

Dítě je schopno zúčastnit se LVVZ od ..... do ..... Jsem si vědom(a) právních následků, které by mě postihly, kdyby toto prohlášení bylo nepravdivé.

V .....

dne .....

.....  
podpis žáka

.....  
podpis rodičů ( zákonného zástupce)

<sup>1</sup> nehodící škrtněte