

## Lyžařský kurz

### **S sebou:**

#### **helma – povinná**

lyžařské nebo snowboardové vybavení  
oblečení na svah 2x

#### **páteřák – velmi doporučujeme!**

přezůvky

4x triko s dlouhým rukávem

4x triko s krátkým rukávem

1x domácí oblečení (tepláky)

2x mikina nebo svetr

7x spodní prádlo

7x ponožky

2x punčocháče nebo lyžařské spodní prádlo

2x teplejší ponožky do přezkáčů

pyžamo

hygiena

ručník

kapesné (doporučené cca 700,- Kč)

čepice

náhradní rukavice

pláštěnka

léky (pravidelné užívání)

baterka nebo čelovka

kniha

tužka a blok

#### **Na zvážení (možno):**

termoska

karty, kostky, společenské hry

oblečení na diskotéku

Dejte dětem batůžek se svačinou a lahví na pití.

**Upozornění: Na chatu se jde od autobusu do kopce sněhem, cca 2km.  
Bagáž pojedou rolbou. Je potřeba mít na sobě dobrou nepromokavou obuv.**

**Odjezd: 23. 1. 2022 v 9:30 hod. od školy – sraz v 9:00 hod.**

**Příjezd: 30. 1. 2022 v cca 15:00 – budeme Vás informovat.**

**Na spoustu sportovních zážitků, ale hlavně na Vás se těší celý  
realizační tým lyžařského výcviku.**