



## Lyžařský kurz - pokyny

**Termín konání:** 7. 1. 2019 – 11. 1. 2019

**Adresa ubytovacího zařízení:**

**Sport Hotel Mumlava  
Harrachov 107  
512 46 Harrachov**

**Cena:** 5000,- Kč zahrnuje ubytování (4 noci), plnou penzi a pitný režim, skipasy, dopravu.

Platbu provést do konce listopadu na účet školy.

Číslo účtu - 403390007/2010.

Variabilní symbol - číslo studenta.

**Povinné vybavení:** lyžařská sjezdová výzbroj a výstroj - **přilba je povinná!**

Lyže se správně nastaveným bezpečnostním vázáním odpovídající lyžařským dovednostem účastníka kurzu (potvrzení zákonných zástupců o seřízení). Obzvláště ti studenti, kteří budou mít vypůjčené lyže, si musí nechat seřídít vázání tak, aby nastavení odpovídalo jejich lyžařským dovednostem a hmotnosti, jinak se vystavují riziku vážného zranění! Lyže musí být vybaveny funkčními bezpečnostními brzdami.

Dále:

Lyžařská výstroj odpovídající požadavkům lyžařského kurzu a pobytu v zimním horském prostředí - pohorky či vhodné zimní boty, oteplovačky, teplá bunda, svetr, čepice, dvoje rukavice (ne vlněné), šátek, bavlněné ponožky, termoponožky, funkční termoprádlo, rezervní prádlo, pyžamo, **přezůvky**, oblečení do ubytovacího zařízení, toaletní potřeby, kapesníky, krém na opalování, sešit, psací potřeby, běžecké vybavení, nepromokavá bunda (větrovka), obvazový materiál (náplast, pružné obinadlo), **užívané a preventivní léky**, sjezdové i běžecké vosky, hadřík, **občanský průkaz, průkaz zdravotní pojišťovny**.

**Doprava:** 7.1.2019 v 7:00 sraz na parkovišti Černý Most (u konečné stanice metra)

11.1.2019 v 17:00 odjezd z Harrachova (příjezd cca 20 hod. – stejné místo jako na odjezd)

Lyže a hole musí být svázaný a uloženy v přepravním vaku tak, aby se cestou nerozpadly. Lyžařské boty budou uloženy buď v batohu, nebo v tašce (ne igelitové).

Ideálně jedno velké zavazadlo.  
Při dopravě dodržujte pokyny vedoucích.

### **Bezpečnostní předpisy a zásady chování:**

V době konání lyžařského kurzu platí spolu se **Školním řádem** také **kurzovní řád a řád ubytovacího zařízení**. S níže uvedenými bezpečnostními předpisy a zásadami chování jsou žáci seznámeni vedoucím kurzu před odjezdem a na začátku kurzu.

- žáci po celou dobu konání kurzu dbají osobní bezpečnosti a zásad slušného chování, dodržují zásady lyžařského kurzu a pravidla silničního provozu,
- žáci po celou dobu konání kurzu mají zakázáno přechovávat a konzumovat alkoholické nápoje, jakékoliv omamné či jiné návykové látky,
- v době konání kurzu žáci dbají pokynů vedoucího kurzu nebo instruktorů a neprovádějí činnosti, které jim nebyly nařízeny nebo povoleny,
- o všech změnách zdravotního stavu žáci neprodleně informují vedoucího kurzu nebo instruktory,
- žákům je zakázáno brát s sebou na kurz cenné předměty, v případě ztráty škola nenese odpovědnost za způsobenou škodu,
- žákům je zakázáno při výcviku a pobytu v přírodě opouštět družstvo bez předchozího svolení instruktora,
- po dobu konání kurzu v ubytovacím zařízení se dodržuje ubytovací řád daného zařízení a dbá se pokynů vedoucího kurzu a instruktorů, popř. pracovníků ubytovacího zařízení,
- žáci udržují pořádek a čistotu, šetří majetek a vybavení - škody, které žák způsobí ubytovateli na zařízení, je povinen uhradit,
- žákům je zakázáno opouštět ubytovací zařízení bez předchozího svolení vedoucího kurzu,
- v celém ubytovacím zařízení (i jeho okolí) je po celou dobu pobytu přísně zakázáno manipulovat s otevřeným ohněm a kouřit!

**V případě porušení výše uvedených zásad může být žák potrestán až vyloučením z kurzu a zákonní zástupci jsou povinni si svého syna (dceru) vyzvednout v ubytovacím zařízení.**

**Lyžařský kurz 7. 1. 2019 – 11. 1. 2019**

**Jméno a příjmení:**

**Třída:**

**Alergie, léky:**

**Jiná důležitá sdělení:**

**Potvrzují souhlas s výše uvedenými sděleními:                   ano    ne**

**Potvrzují seřízení lyží:   ano    ne**

**Bezinfekčnost bude dodána v den odjezdu u autobusu!!!**

**Datum:**

**podpis žáka**

**podpis zákonného zástupce**