



LYŽAŘSKÝ KURZ 2023

<u>Termín:</u>	26. 2. – 3. 3. 2023 (ne – pá)
<u>Místo:</u>	Dolní Morava, horský hotel Morava (www.horskyhotelmorava)
<u>Pedagogický dozor:</u>	Mgr. J. Němeček, Ing. K. Borovec, Ing. L. Karas
<u>Lékař:</u>	zdr. sestra M. Outlá
<u>Odjezd:</u>	26. 2. 2023 (ne – sraz - 14.00 u ZŠ a MŠ Vyškov, Letní pole
<u>Příjezd:</u>	3.3. 2023 (pá) okolo 16.00 hodin k ZŠ a MŠ Vyškov, Letní pole
<u>Kontakt:</u>	HORSKÝ HOTEL MORAVA Velká Morava 28 561 69 Dolní Morava Mobil: +420 603 477 477 Email: ubytovani@horskyhotelmorava.com

- Vzít s sebou**
- průkaz pojišťovny!
 - potvrzení o bezinfekčnosti – potvrdí rodiče
 - potvrzení o seřazeném lyžařském vázání
 - formulář o zdravotní způsobilosti
 - poučení žáka před akcí školy

Povinná výzbroj a výstroj:

- lyže sjezdové s bezpečnostním vázáním a brzdou nebo snowboard
- lyžařské (snowboardové) boty, hole, brýle !!! přilbu!!!
- oděv vhodný na lyžování + (doporučujeme termoprádlo)
- čepice, rukavice
- pyžamo, přezůvky, ponožky, spodní prádlo
- domácí oděv
- věci osobní hygieny, (opalovací krém)
- karneval – materiál na masky

Doporučujeme:

- kapesné na pohlednice, limonády apod. (možno zakoupit na recepci nebo v restauraci)
- hudební nástroje a společenské hry
- dobrou náladu a sportovního ducha, **společenské chování na večery**
- již nyní se otužujte a zdravě se stravujte, hlavně nezapomínejte na dostatek vápníku – pro vaše kosti
- **pokud berete pravidelně nějaké léky – s sebou**