**Lyžařský kurz Zadov**

**19. 2. – 24. 2. 2017 - 2. L + 3. E**

**Odjezd: 19. 2. v 8.00** od školy

**Návrat: 24. 2. mezi 16 – 17** hodinou ke škole

**Výzbroj**

--------

Lyže sjezdové, lyže běžecké, hole sjezdové, hole pro běh, snowboard

**lyžařská přilba**

ochranný obal na lyže nebo lyže řádně svázané!!

korek, hadr na stahování lyží, mastný krém na ruce,

**Výstroj**

-------

Teplá bunda,tenká bunda

rukavice min. 2x, šála, šátek, čepice na uši 2x

kalhoty na sjezd , šusťákové kalhoty na běh

lyžařské boty sjezdové a běžecké

sjezdové brýle (kdo vlastní), sluneční brýle

dlouhé spodky (punčochové kalhoty), nátělníky, ponožky-dostatečné množství ,

pyžamo, kapesníky, spodní prádlo, rolák, svetr, domácí obuv, oděv do chaty

šicí potřeby, potřeby na čištění obuvi (běžecké boty nutné nakrémovat )

psací potřeby, poznámkový blok, toaletní potřeby

řemínky na svázání lyží, malý batůžek nebo ledvinku

kytaru nebo jiný hudební nástroj

**průkaz pojištěnce**

telefonní spojení na rodiče (případně příbuzné)

Telefonní kontakt Š. Krupa - 777 070 879