

Seznam věcí na lyžařský kurz

1) Výstroj:

- čepice
- rukavice min. 2x
- spodní prádlo na týden
- ponožky, lyžařské podkolenky
- obuv na cestu - turistická obuv
- svetr, mikina
- náhradní trička, funkční tričko s dlouhým rukávem.
- oblečení na chatu, domácí obuv
- oblečení na lyže/snowboard
- hygienické potřeby: mýdlo, pasta, kartáček, krém, ručník, kapesníky
- drobné potřeby: sluneční brýle, opalovací krém, jelení lůj na rty, osobní léky, vitamíny, psací potřeby,
- průkazku zdravotní pojišťovny, osobní doklady (OP, pas)
- potvrzení o bezinfekčnosti a potvrzení o odborném seřízení lyží v servisu (podepisují rodiče žáka !)
- kapesné (na jídlo a pití přes den)
- svačina na cestu + jídlo a pití na večeri na první den

2) Lyžařská výzbroj:

- helma, lyžařské brýle, případně „páteřák“ – pro snowboardisty povinně
- sjezdové lyže nebo snowboard (doporučujeme odborně seřídit vázání v lyžařském servisu !)
- lyžařské hole pro sjezdové lyžování
- sjezdová obuv nebo obuv na snowboard
- sjezdový parafín,
- lyže a snowboard je nutné zabalit do obalu!(do obalu nedávat obuv)

3) Doporučujeme:

- malý batůžek na sjezdovku
- malá termoska