

# Informace k lyžařskému kurzu 7.tříd - školní rok 2024/25

Třídy: 7.A + 7.B + 7.C + 7.D  
Místo kurzu: Staré Hamry, Ski Park Gruň ( [www.skipark-grun.cz](http://www.skipark-grun.cz)), 4 lůžkové pokoje  
Doba konání: 26.1.2025 (neděle) – 30.1.2025 (čtvrtek)  
Sraz: v neděli 26.1. v **11:00** hod. autobusová zastávka Pošta, odjezd v **11:30**  
Příjezd : ve čtvrtek 30.1. přibližně v **15:00 - 15:30**

Stravování: zahájení večeří a ukončení obědem, 4 jídla denně (snídaně, oběd, dvě večeře) celodenně čaj, v chatě teče pitná voda

Vedoucí kurzu : Mgr. Lucie Číhalová, tel. 581 675 424, 605 302 875  
email: [lucie.cihalova@zsmaje.cz](mailto:lucie.cihalova@zsmaje.cz)

Cena lyžařského zájezdu celkově činí 5700,- Kč (ubytování, služby, strava, vleky, doprava).  
Bezhotovostně můžete zaplatit najednou **5700,- do 31.10.2024** nebo zálohu **3000,- uhradit do 31.10.2024** a doplatek **2700,- uhradit do 31.12.2024**.

Hotově lze platit v kanceláři školy u p. Vanduchové.

Upřednostňujeme bezhotovostní platbu na bankovní účet školy, uveďte VS a vyplňte zprávu pro příjemce.

## **Bankovní účet školy: 14930831/0100**

variabilní symbol (v.s.) - 777

Do **zprávy pro příjemce** napište jméno a příjmení dítěte + třídu (např. Jan Novák 7.A)

Po vyúčtování (v únoru) poskytne sekretariát potvrzení pro příspěvky zdravotní pojišťovny nebo zaměstnavatele.

Každý žák odevzdá vedoucímu kurzu Lucii Číhalové čím dříve, tím lépe, nejpozději **20.prosince 2024**

- **posudek o zdravotní způsobilosti** od svého ošetřujícího lékaře (platnost 2 roky od data vystavení, tzn. nejdříve vystaveno od 30.1.2023 a mladší). Formulář obdrželi žáci s těmito informacemi, můžete odevzdat i formulář od dětského lékaře. Vrátím po návratu z kurzu.

U autobusu v **den odjezdu zdravotníkovi kurzu:**

- **kartičku pojištěnce** (může být i ofocená) + **potvrzení o bezinfekčnosti** a seřízení lyží, poučení + kontakt na rodiče, užívané léky. Formulář o bezinfekčnosti obdrží žáci při poučení v lednu

Formuláře lze vytisknout ze stránek školy [www.zsmaje.cz](http://www.zsmaje.cz) (budou průběžně doplňovány).  
Žáci budou poučeni týden před konáním kurzu v rámci hodin TV.

V případě, že se Vaše dcera/syn nebude moci z vážných důvodů lyžařského kurzu zúčastnit, prosím o okamžitou informaci na telefonní číslo 581 675 424, 605 302 875 nebo email [lucie.cihalova@zsmaje.cz](mailto:lucie.cihalova@zsmaje.cz).

Případné storno poplatky se řídí smlouvou uzavřenou mezi školou a skiareálem.

### **Výzbroj povinná:**

**SKI** - servisované a seřízené carvingové lyže přiměřené délky (mezi nos a bradu i začátečníci), lyžařské hole přiměřené délky a v dobrém stavu (výška holí po ruku v pravém úhlu ohnutou v lokti, dobře upevněné řemínky a sněhové talíře), svázáno k sobě nejlépe v lyžařském obalu, lyžařské boty, **lyžařská přilba (vše označené a podepsané)**.

**SNB** - seřízené a nastavené snowboardové prkno v obalu, **chrániče páteře a zápěstí**, SNB boty, **lyžařská přilba (vše označené a podepsané)**

Výzbroj nepovinná: běžecké lyže, hole, boty (škola veze s sebou cca 30 párů běžecké výbavy)

Vše je možno zapůjčit např. přímo v **Hranicích** - [www.skicentrumhranice.cz](http://www.skicentrumhranice.cz) nebo v **Odrách** - [www.skicentrum.com](http://www.skicentrum.com), nebo ve **Velké** [www.nixski.cz](http://www.nixski.cz).

Přímo u svahu je servis spolupracující se Ski centrem Odry. Všechny tři půjčovny mají nahlášeny seznamy účastníků pro kurzovou slevu.

### **Rodiče zodpovídají za zkontrolovanou, servisovanou a seřízenou lyžařskou výzbroj!**

**Výstroj:** Lyžařské/SNB kalhoty, zimní bunda, čepice na uši, lyžařské brýle, 2 páry rukavic lyžařských, 2 páry teplých ponožek nebo podkolenky, spodní i svrchní termoprádlo, druhá vrstva, nákrčník, šátek nebo kukla

**Dále:** Věci osobní hygieny, pyžamo, **přezůvky**, teplé oblečení pro pobyt v chatě, spodní prádlo, ponožky, trička, mikiny, tepláky nebo elastáky, sluneční brýle, ručník, kapesníky, krém na obličej, jelení lůj, vysoušeče obuvi (pokud máte), kapesné dle vlastního uvážení, **kelímek**, společenské hry nebo nástroj, malý batůžek na cestu (na pití a svačinu). Věci budou uloženy v batohu, tašce na zip nebo kufru. Lyžařské boty mohou být v samostatném uzavíratelném obalu (ne v igelitové tašce) - nejlépe označte (jmenovkou, stužkou, přívěskem, lepicí páskou...).

**Doprava:** autobusem z Hranic do Starých Hamrů, tam přeložíme batohy a lyže na dodávku a pěšky půjdeme 3 km horským terénem. Vhodné oblečení (nutná čepice, rukavice, zimní boty) a batůžek se svačinou, pitím.

**Denní režim:** 7:30 budíček, dopolední výcvik 3 h, odpolední 2 h, polední klid, osobní volno, večer pestrý program, jeden připravují žáci sami, večerka 21:30