

Informace k lyžařskému kurzu 7.tříd - školní rok 2025/26

Třídy: 7.A + 7.B + 7.C + 7.D
Místo kurzu: Staré Hamry, Ski Park Gruň (www.skipark-grun.cz), 4 lůžkové pokoje, sprchy a WC společné
Doba konání: 25.1.2026 (neděle) – 29.1.2026 (čtvrtek)
Sraz: v neděli 25.1. v 11:00 hod. autobusová zastávka Pošta, odjezd v 11:30
Příjezd: ve čtvrtek 29.1. přibližně v 15:00 - 15:30
Stravování: zahájení večerí a ukončení obědem, 4 jídla denně (snídaně, oběd, dvě večere) celodenně čaj, v chatě teče pitná voda, bufet na hl.budově
Vedoucí kurzu : Mgr. Lucie Číhalová, tel. 581 675 424, 605 302 875
email: lucie.cihalova@zsmaje.cz

Cena lyžařského zájezdu celkově činí 6100,- Kč (ubytování, služby, strava, vleky, doprava). Bezhotovostně můžete zaplatit najednou **6100,- do 31.10.2025** nebo zálohu **3100,- uhradit do 31.10.2025** a doplatek **3000,- uhradit do 31.12.2025**.

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 během podzimu, nejpozději 18.prosince 2025:

- **posudek o zdravotní způsobilosti od svého ošetřujícího lékaře** (platnost 2 roky od data vystavení, tzn. nejdříve vystaveno od 29.1.2024 a mladší). Formulář obdrželi žáci s těmito informacemi **v říjnu**, můžete odevzdat i formulář od dětského lékaře. Vráťm po návratu z kurzu.

U autobusu, v den odjezdu zdravotníkovi kurzu:

- **kartičku pojištěnce** (může být i kopie) + **potvrzení o bezinfekčnosti** a seřízení lyží, poučení + kontakt na rodiče, užívané léky.

Formulář o bezinfekčnosti obdrží žáci při poučení v lednu.

Formuláře a informace lze vytisknout ze stránek školy www.zsmaje.cz (budou průběžně doplňovány). Žáci budou poučení o bezpečnosti a chování 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.

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** (lze použít na in-line), SNB boty, **lyžařská přilba (vše označené a podepsané)**

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

Výzbroj je možno zapůjčit přímo v **Hranicích** www.skicentrumhranice.cz, v **Odrách** www.skicentrum.com nebo ve **Velké** www.nixski.cz.

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

Rodiče zodpovídají za zkontrolovanou, seřízenou a servisovanou lyžařskou/snowboardovou 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-osuška kapesníky, krém na obličej, jelení lůj, vysoušeče obuvi (pokud máte), kapesné dle vlastního uvážení, **vlastní 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 zdoláme 3 km výstup horským terénem. Vhodné oblečení (nutná čepice, rukavice, zimní boty) a batůžek se svačinou, pitím. Po ubytování jdeme hned na svah, stravování začíná večeří, končíme obědem.

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

Žáci s sebou nevezou žádnou elektroniku, jako jsou repráčky, projektory, tablety, notebooky, dále je nepřípustné držení a užívání cigaret, alkoholu, energetických drinků a dalších návykových látek v době konání kurzu.