

# LVVZ - 7.ročník

**Škola:** ZŠ Zruč n. S.  
**Termín:** 18.3. – 25.3. 2023  
**Místo:** Horská Chata Sedmidolí v Krkonoších  
<http://www.sedmidoli.cz/> <http://www.facebook.com/Sedmidoli>  
**Cena:** 4760,- Kč (strava + ubytování+místní ubytovací taxa)  
záloha 1000,- Kč - zaplatit do 24.9.2022,  
doplatek zaplatit po LVVZ do 30.3.2023  
- doplatek za stravu a ubytování 3760,-Kč/1 žák  
- dopravu hradí škola

## Personální zajištění:

**Vedoucí kurzu:** Mgr. Vladimír Nulíček  
**Instruktoři:** Mgr. Vladimír Nulíček  
Mgr. Roman Starý  
PharmDr. Aleš Novosád  
Mgr. Petra Bézová  
**Zdravotník:** PharmDr. Aleš Novosád

## Organizační zajištění:

**Doprava:** Autobusy Dvořák  
**Sraz:** 11<sup>15</sup> hod. 18.3.2023  
**Odjezd:** 11<sup>45</sup> hod.  
**Příjezd:** mezi 14 - 16 hod. dle počasí a podmínek 25.3.2023

## Lyžařská výzbroj:

Sjezdové lyže (odborně seřizené), sjezdová obuv, přilba, hůlky (s poutky, s talíři)  
Běžecské lyže, obuv, hůlky (zapůjčí škola)

**Pozn:** Sjezdové lyže a hůlky musí být svázané (pata, střed, špička) nebo uložené v lyžařském vaku. Sjezdová obuv uložena v batohu nebo pevném zavazadle.  
Lyže, boty nebo vak musí být opatřeny jmenovkou - škola, jméno žáka, třída

## Lyžařská výstroj:

**Na sjezd:** zimní bunda s kapucí, lyžařské kalhoty, čepice (2krát), šála, rukavice (2krát), lyžařské brýle, spodní prádlo, silné ponožky (3krát), nátělník, svetr (flísová bunda), lyžařská helma

**Na běžky:** tenká šustáková souprava nebo speciální oblečení na běžky

**Další věci:** sluneční brýle, prádlo dle potřeby, oblečení na chatu, pyžamo, hygienické potřeby - ručník, mýdlo, kartáček na zuby, pasta, hřeben, krém na obličej, na ruce, pomáda na rty, kapesníky; elastické obinadlo, hry, knížka, psací potřeby, peníze na vlek + kapesné (1500 - 1800 Kč), plavky, věci na karneval, pantofle nebo bačkory na přezutí (uložit na vrchu batohu), léky při pravidelném užívání, kartičku zdravotní pojišťovny

**Pozn:** Na cestu batůžek se svačinou, pití, ovoce, sušenky (celodenní strava zajištěna, po příjezdu začíná večeří), igelitový sáček (v případě nevolnosti)

**Důležité:** Před odjezdem odevzdat

- kartičku ZP
- potvrzení o bezinfekčnosti
- potvrzení o odborném seřízení lyží
- rozpis léků (pokud dítě pravidelně užívá)

Mgr. Ivana Stará