**Lyžařský kurz**

**Hrubá voda 2023**

**Místo**: středisko Hrubá voda <http://www.resorthrubavoda.cz>

**Ubytování:** hotel Hrubá voda – apartmánová vila <https://resorthrubavoda.cz/ubytovani/>

**Termín**: 13.3. - 17.3.2023

**Sraz : 13.3.(pondělí) 8:30** před školou

**Příjezd**: 17.3.(pátek) cca 15:15 před školu

**Půjčení lyží/snowboardů:** čtvrtek 3.3. 9:00 ve škole (půjčené věci uschováme ve škole a v pondělí naložíme přímo do autobusu)

Cena půjčení výbavy: 600,- (snowboardisti 650,-)

**Seznam věcí :**

- označené zavazadlo

- lyže nebo snowboard

- **přilba ( povinná ), snowboardisti „páteřák“**

- pravidelně užívané léky

- eurosložka s doklady (viz. níže)

- elastické obinadlo

**V zavazadle :**

- oblečení vhodné na lyžování příp. snowboarding (nepromokavé, ne přehnaně teplé)

- dvoje rukavice, čepice, zimní obuv, náhradní ponožky, jelení lůj, krém na obličej,

- věci na převlečení do chaty, hygienické potřeby, ručník, přezůvky, psací potřeby, blok

- společenské hry

- termoska (láhev na pití)

- kapesné ( rozumná částka) – v areálu je bufet

Pokud se dítě přihlásilo do lyžařského družstva – tak musí být lyže odborně seřízeny (viz. podpis níže). Pokud je ve snowboardovém družstvu, všechny přezky a šroubky pořádně dotáhnuty. Za materiál půjčený od Sovaski ručí Sovaski.

**NEBRAT : zlaté předměty, drahé kovy, mobily, notebooky. Pokud je to nutné,**

 **je to na vlastní zodpovědnost.**

**Při předávání dítěte předáte:**

**p.uč Pavlíčkové** v průhledné eurosložce:

 1. léky s přesným rozpisem dávek

 2. kartičku zdrav.pojišťovny - kopie

 3. podepsané prohlášení rodičů (viz. níže)

**p.uč Radostové:**

1300,- Kč na vleky

vedoucí kurzu : Mgr. Jana Radostová tel.č. 605 411 397

 zdravotník : Bc. Olga Pavlíčková

 pedagogický dozor : Mgr. Martina Svobodová

**Prohlášení rodičů**

Prohlašuji:

- že moje dítě……………………….……………. nar……………………… není nemocné, nepřišlo do styku s osobami, které onemocněly přenosnou infekční nemocí a okresní hygienik ani ošetřující lékař mu nenařídil karanténu.

- že mé dítě nemá žádné alergie. Pokud ano, vypište prosím zde:………………………... ……………………………………………………………………………………………...

- že v  případě jeho onemocnění, které bude vyžadovat předčasný odjezd, nebo v případě jeho závažných kázeňských přestupků ( krádež, kouření, soustavné rušení nočního klidu aj.), zajistím jeho předčasný odvoz domů.

- že ručíme za odborné seřízení lyžařského vázání. ( pokud máte zapůjčen materiál přes školu, tak škrtněte, ručí firma Sovaski)

Beru na vědomí:

- že v případě poškození zařízení hotelu mým dítětem, uhradím vzniklou škodu a že pracovníci školy neručí za cenné předměty, které si vezme mé dítě na lyžařský kurz a nedá je do úschovy k pracovníkům školy ( zlaté a stříbrné šperky, mobil, notebook, přehrávač… )

- že žáci byli poučeni o bezpečném chování při lyžařském výcviku a při jízdě na vleku a své právní odpovědnosti dle Desatera pravidel chování na sjezdovkách.

Deset pravidel pro lyžaře a snowboardisty :

1. Ohled na ostatní lyžaře:

Musí se neustále chovat tak, aby neohrožoval nebo nepoškozoval někoho jiného.

2. Zvládnutí rychlosti a způsobu jízdy:

Musí jezdit s přiměřeným odstupem a s ohledem na vzdálenost, na kterou vidí. Svou rychlost a svůj způsob jízdy musí přizpůsobit svému umění, terénním, sněhovým a povětrnostním poměrům, jakož i hustotě provozu.

3. Volba jízdní stopy:

Každý přijíždějící zezadu musí svou jízdní stopu zvolit tak, aby neohrožoval lyžaře jedoucího před ním.

4. Předjíždění:

Předjíždět se může ze shora nebo zespoda, zprava nebo zleva, ale vždy jen s odstupem, který poskytne předjížděnému lyžaři či snowboardistovi pro všechny jeho pohyby dostatek prostoru.

5. Vjíždění a rozjíždění:

Každý, kdo chce vjet do sjezdové tratě nebo se chce po zastavení opět rozjet, se musí rozhlédnout nahoru a dolů a přesvědčit se, že to může učinit bez nebezpečí pro sebe a pro ostatní.

6. Zastavení:

Musí se vyhýbat tomu, aby se zbytečně zdržoval na úzkých nebo nepřehledných místech sjezdové tratě. Ten, který upadl, musí takové místo uvolnit co nejrychleji.

7. Stoupání a sestup:

Ten, který stoupá nebo sestupuje pěšky, musí používat okraj sjezdové tratě.

8. Respektování značek:

Musí respektovat značení a signalizaci.

9. Chování při úrazech:

Při úrazech je každý povinen poskytnout první pomoc.

10. Povinnost prokázání se:

Každý, ať svědek, nebo účastník, ať odpovědný, nebo ne, je povinen v případě úrazu prokázat své osobní údaje.

Kontaktní telefonní číslo rodičů : ………………………….

Dítě má s sebou mobilní telefon: ano x ne

V Ostravě dne: 13.3.2023

Podpis zákonných zástupců dítěte:………………………..