

# ZIMNÍ VÝCVIKOVÝ KURZ PRO G2/3

## Lipová Lázně 2016

*!Vítej v pozvánce na kurz zimních sportovních aktivit pro žáky naší školy!*

**Termín:** pondělí 8.2 . až sobota 13.2.2016

**Místo konání:** Lipová Lázně, chata Chiranka

**Sraz:** pondělí 8.2. před školou 7:30 hod, odjezd 8:00!! busem od školy (je možné si donést lyžařskou výstroj i výzbroj v pátek den před odjezdem)

**Příjezd:** v sobotu 13.2.2016 ke škole kolem 14:00 hod

**Způsob dopravy:** tam i zpět busem od školy

**Ubytování:** v příjemném prostředí chaty Chiranky na úpatí Hrubého Jeseníku ve 4 – 8 lůžkových pokojích, lyž. vlek 300 m od chaty.

Webové stránky na chatu: <http://www.heliosjeseniky.cz/penzion-chiranka>

Webové stránky na vlek: <http://www.rsmirolav.cz/>

**Cenový rozpočet: celkem 3900,-**

<b>z toho</b> cesta tam i zpět	500,-
ubytování a strava	1900,-
skipasy	1225,-
rezerva	275,-

**!! zálohu 1000 Kč prosím uhradit do konce listopadu – je zároveň závaznou přihláškou na kurz !!**

Způsob úhrady: záloha 1000,-Kč do 30.11.2015 na účet školy  
doplatek 2900,-Kč do 17.1.2016 na účet školy  
Dle potřeby možno uhradit i na sekretariátu školy  
(hospodářsce školy - Elišce Motúzové)

Údaje pro platbu:

č.ú.: 27-459650277/0100

vs: 0802130216

spec.s.: datum narození studenta/-ky (např.27082000)

### Personální zabezpečení kurzu:

Lukáš Synek, zdravotník a vedoucí kurzu (tel: 739 389 174, synek@cmsps.cz)

Pavla Pospíšilová, Jana Bielená, lyž. instruktoři, Marek Štěpánek – třídní učitel

## **Při odjezdu na kurz odevzdat vyplněné**

- 1) Prohlášení rodičů/zák.zást. o bezinfekčnosti (ne starší než 1 den)
- 2) Posudek o zdravotní způsobilosti dítěte (potvrzený lékařem)
- 3) Kopie zdravotního průkazu a originál kartičku zdrav.poj
- 4) Potvrzení o seřízení lyží (snowboardu)

**S sebou na kurz:** věci osobní hygieny, úbor na spaní, oblečení na svah odolné nepříznivému počasí (velkou výhodou a komfortem je termoprádlo) – šušťákové prošívané kalhoty, zimní bunda, zimní čepice, dvoje lyžařské rukavice, tílko, tričko, rolák, svetr, **(lyž.brýle a lyžařs. helma nutností)**, krém na opalování s vys.ochr.faktorem (stačí menší balení), oblečení do chaty a přezůvky, **zimní obuv do horského prostředí**, plavky do bazénu, sportovní oblečení do tělocvičny vč.vhodné obuvi a další věci pro individuální či společenské pobavení dle vlastního uvážení (kytara,... obvyklé společenské stolní hry lze zdarma zapůjčit na chatě). Nedoporučuji brát s sebou cenné věci vč.elektroniky (mp3-4 přehrávače, notebooky..ap.) a nepřiměřené kapesné.

## **Plán lyžařského kurzu**

**1.den:** příjezd, ubytování, oběd, poučení o bezpečnosti, pravidla FIS, rozřazení do družstev, výcvik základních lyžař.dovedností, večere, instruktážní video o trendech v sjezd.lyžování.

**2.den:** snídaně, mše svatá, výcvik základních lyžař.dovedností, oběd, polední klid, výcvik základních lyžař.dovedností, večere, přednáška se členem horské služby o bezpečném pobytu v horách, večerníček, noční klid

**3.den:** snídaně, výcvik základních lyžař.dovedností, oběd, polední klid, radovánky ve vodním světě penzionu Helios/návštěva jeskynní Na pomezí, večere, společenské hry, noční klid

**4. den:** snídaně, výcvik na svahu, oběd, polední klid, výcvik lyžař. dovedností, pohybové hry v tělocvičně, večere, společenské hry, noční klid

**5. den:** snídaně, lyžařské soutěže a závody, oběd, polední klid, odpolední lyžování, večere, maskární bál /diskotéka, noční klid

**6.den:** snídaně, úklid, odjezd, příjezd do Brna kolem 14:00 hod

---

S podmínkami a zajištěním kurzu byli seznámeni a souhlasí:

Vedoucí předmětové komise TV: Mgr.Terezie Zatloukalová:

datum a podpis:

Ředitel školy: Mgr. MgA.et MgA. Štěpán Policer

datum a podpis:

# Dotazník pro studenty a jejich rodiče k zimnímu výcvikovému kurzu pro G2

Rádi bychom pro studenty naší školy uskutečnili kurz zimních sportů, který odráží současné trendy sportovních aktivit, mezi které se řadí mimo sjezdové lyžování, též snowboarding, běžecké lyžování, doplňkově výlet se sněžnicemi.

Z tohoto důvodu bychom některé z těchto aktivit konali s přihlédnutím na materiální a finanční možnosti jednotlivých studentů/-tek. Věnujte prosím chvíli vyplnění tohoto dotazníku:

- 1) **snowboarding.** Jízda na snowboardu je možná v posledních 2 dnech kurzu po zvládnutí základů sjezdového lyžování – jako začátečník nebo pokročilý

Označ variantu, o kterou máš zájem:

- nemám zájem o snowboarding
- mám zájem o snowboarding jako začátečník
  - mám svůj snowboard
  - půjčím si na místě, cca 200,-Kč
- mám zájem o snowboarding jako pokročilý
  - mám svůj snowboard
  - půjčím si na místě, cca 200,-Kč

- 2) **Běžecké lyžování.** Běžecké lyžování je na kurzu doplňková půldenní aktivita pořádaná formou krátkého výletu do okolí (v případě většího zájmu i častěji).

Označ variantu, o kterou máš zájem:

- nemám zájem o běžkování
- mám zájem o běžkování jako začátečník
  - mám své běžecké vybavení
  - nemám své běžecké vybavení (půjčím si na místě, cca 200,-Kč)
- mám zájem o běžkování jako pokročilý
  - mám své běžecké vybavení
  - nemám své běžecké vybavení (půjčím si na místě, cca 200,-Kč)

- 3) **Sněžnice.** Chůze se sněžnicemi je na kurzu brána jako doplňková aktivita v rámci krátkého výletu do okolí. Označ variantu, o kterou máš zájem:

- nemám o to zájem
- mám zájem
  - nemám své sněžnice (nevadí mi půjčení na místě, cca 200,-Kč)
  - mám své sněžnice (beru si je)

## Závazná přihláška na zimní výcvikový kurz Lipová Lázně 2016

8.2.-13.2.2016

### Přihlašuji

svoji dceru/svého syna: \_\_\_\_\_ (třída \_\_\_\_\_ )

na výše uvedený kurz. Potvrzuji, že jsem byl/-a seznámen/-a s podmínkami kurzu.

Beru na vědomí, že součástí přihlášky na kurz je

- 1) **včasné uhrazení zálohy a následně doplatku podle instrukcí** (v případě neabsolvování kurzu nebo zkrácení kurzu z různých důvodů při jeho částečném nebo úplném uhrazení se vrací pouze ta částka, u které nedošlo k plnění záloh krácená odečtením možných storno poplatků).
- 2) **odevzdání řádně a pravdivě vyplněných potřebných dokumentů (při odjezdu na kurz)**
- 3) **Potvrzení jedné z možností: Dítě je plavec/dítě není plavec**

### Kontakty na rodiče:

Jméno a příjmení: otec \_\_\_\_\_ matka \_\_\_\_\_

email: \_\_\_\_\_

telefon do práce/domů: \_\_\_\_\_

Jiná důležitá sdělení rodičů: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

V \_\_\_\_\_ dne \_\_\_\_\_

Podpis rodičů/zák.zást.:

# Čestné prohlášení rodičů/zákonných zástupců

## Potvrzení o bezinfekčnosti

### Prohlašuji, že:

- ošetřující lékař nenařídil :

(jméno a příjmení, datum narození):.....

změnu režimu

- student/-ka nejeví známky akutního onemocnění (horečka, průjem, nevolnost apod.)

- okresní hygienik ani ošetřující lékař nenařídil přihlášenému/-é karanténní opatření

- účastník kurzu nepřišel v posledních 14 kalendářních dnech před odjezdem na kurz do styku s osobou (osobami) nemocnou (nemocnými) přenosnou chorobou nebo jiným infekčním onemocněním, případně podezřelou z nákazy

Prohlašuji, že se dítě může zúčastnit pobytu a společného ubytování dětí, a také i s tímto souhlasím.

V případě onemocnění studenta/studentky nebo při vážném porušení řádu LVK zajistím na vlastní náklady odvoz dítěte.

Kontaktní telefon:.....

email:

Podpis rodiče

nebo zák. zástupce

V .....dne.....

.....

**POSUDEK O ZDRAVOTNÍ ZPŮSOBILOSTI DÍTĚTE**  
**(potvrdí lékař)**

**Jméno a příjmení dítěte**..... **Datum nar**.....

Kontaktní adresa.....

Posuzované dítě k účasti na lyžařském výcvikovém kurzu

- je zdravotně způsobilé
- není zdravotně způsobilé
- je zdravotně způsobilé za podmínky (s omezením).....  
.....  
.....

Potvrzuji, že dítě

- se podrobilo stanoveným pravidelným očkováním
- má trvalou kontraindikaci proti očkování  
(typ/druh).....
- je alergické na.....
- dlouhodobě užívá léky (typ, druh/dávka)

Dále upozorňuji na zdravotní problémy dítěte nebo jiné okolnosti, na které je třeba brát zvláštní zřetel:

.....  
.....

Datum..... Podpis lékaře, razítko zdrav.zařízení.....