**Seznam věcí na lyžařský kurz**

**Vybavení na lyže, snowboard**

* 1x lyže (snowboard)
* 1x hole
* 1x boty na lyže (na snowboard)
* 1x vak na lyže – pokud není, lyže s holemi pevně svázat dohromady
* 1x lyžařské brýle (nejsou povinné)
* 1x přilba – pod přilbu je ideální kukla (čepice)
* doklad o seřízení lyží

**Oblečení**

* 1x oteplováky, lyžařská bunda (kombinéza)
* 1x nepromokavé kalhoty (šusťáky)
* 2x teplé rukavice (**NE** fleecové nebo vlněné)
* 2x termo prádlo (punčocháče)
* 3x teplé ponožky – ideálně podkolenky
* 1x teplé boty
* 1x přezůvky
* 8x ponožky
* 8x spodní prádlo
* 4x triko
* 2x mikina
* 2x svetr nebo rolák
* 1x šálu (nákrčník)
* 2x čepice
* 2x tepláky (kalhoty na doma)
* 1x pyžamo
* 1x ručník
* 1x plavky
* 1x brýle na plavání (nejsou povinné)
* hygienické potřeby (kartáček, pasta, mýdlo, kapesníky, atd.)
* lahev na pití
* psací potřeby a blok na psaní
* batůžek na výlet
* kapesné (cca 200kč)

**U autobusu odevzdáte**

* kopii kartičky pojištěnce
* lékařskou zprávu
* bezinfekčnost
* doklad o seřízení lyží
* kapesné je u mladších dětí možno odevzdat trenérům

**Mobil a jiná elektronická zařízené dle vašeho uvážení.**