



Základní škola Litoměřice, Havlíčkova 32  
se sídlem Havlíčkova 32, 41201 Litoměřice, okres Litoměřice  
telefon: 416 74 13 61, ředitelka školy telefon a fax 416 74 13 49 e-mail: [info@zshavlickova.cz](mailto:info@zshavlickova.cz)

## **Pokyny pro účastníky lyžařského výcvikového zájezdu /LVZ/**

### **Osobní vybavení:**

**a/ Lyžařská výstroj** - sjezdové lyže s bezpečnostním vázáním, sjezdové hole (vše dát do vaku na lyže nebo pevně svázat řemínky), **lyžařskou přilbu**, lyžařské brýle, lyžařský sjezdový vosk.

**b/ Lyžařská obuv a výstroj** - sjezdové lyžařské boty, lyžařská bunda a oteplovačky 2x, oblečení pro běh na lyžích - šustřáková bunda a kalhoty, 2 čepice, teplý svetr, 2 teplé rukavice, 2 lyžařské podkolenky, nátlčník, šátek (nákrčník), termoprádlo 2x, mikiny, trika.

**c/ Další vybavení:** oblečení a obutí na chatu, rezervní prádlo, 7x ponožky, pyžamo, zimní boty/děti budou mít obuté při odjezdu/, ručník, hygienické potřeby, opalovací krém, pomáda na rty, kapesníky, malý batůžek nebo ledvinku, sešit, psací potřeby

**d/ Na cestu:** batůžek s jídlem a pitím na první den (stravování začne večerí), dále igelit sáček pro případ náhlé nevolnosti v autobusu, toaletní papír, teplé oblečení - čepice, rukavice, zimní boty, přezůvky, kapesné dle uvážení rodičů (na chatě je možné zakoupit drobné občerstvení).

**e/Doporučujeme:** zábavné hry, knihu

**Věci uložit do batohu nebo kufru, věci označte jmenovkou nebo značkou.**

**Žáci v den odjezdu odevzdají:** A) průkaz své pojišťovny  
B) bezinfekčnost s datem 9. 1. 2021  
C) léky, které žák pravidelně užívá

**V termínu 14. – 18. 12. 2020 odevdejte**

- A) očkovací průkaz (13-ti letá prohlídka) nebo potvrzení zdravotní způsobilosti ne starší 2 let
- B) potvrzení o seřízení vázání (nejlépe odbornou firmou)

Rádi bychom požádali rodiče, zda by mohli přispět drobnými věcnými cenami nebo sladkostmi na odměny. Děkujeme.

Vedoucí zájezdu – Mgr. Pavla Živnůstková, učitelka TV **mobil: 723 155 150**

**NEBRAT S SEBOU !** cenné věci (škola neručí za jejich ztrátu nebo poškození), nebezpečné předměty (např. nože), alkoholické nápoje, cigarety, drogy!!

Veškeré informace a formuláře najdete na stránkách školy [www.zshavlickova.cz](http://www.zshavlickova.cz)