

Dobré rady, nezapomeňte!

1. doklady
 - průkaz zdravotní pojišťovny
 - potvrzení o bezinfekčnosti /podpis zákonného zástupce/
 - potvrzení /lyžařská výstroj/ - není nutná kontrola v servisu ve městě /je zbytečně drahá/, zkontrolujte doma základní funkce vázání, v případě nutnosti zajistíme zdarma rychlou kontrolu ve skiservisu na vleku, pokud půjčujete set prostřednictvím školy, nic neřešte
2. speciální léky / pokud máte a používáte tento typ léků - alergika, astma... apod./ nezapomeňte si je vzít a při první společné schůzce nám to sdělit
3. zavazadlo - doporučujeme sportovní tašku, větší turistická bágl, případně i cestovní kufr - přesun na hotel je cca 200 m od parkoviště /nedávejte věci do několika.... igelitek apod./
4. přílbu - základní a povinné bezpečnostní vybavení ! Pochopitelně si vezměte i čepici apod..
5. rukavice, lyžařské brýle, případně cyklo brýle, dají se i v omezeném množství zdarma půjčit
6. lyže nebo prkno dejte do obalu /pokud ho máte/, jinak je bezpečně stáhněte
7. pro zájemce jsme připravili možnost využití hotelového bazénu - zdarma pro adapt. skup., pokud tedy budete mít zájem, přibalte si plavky nebo něco v „čem se dá koupat“, relaxovat.
8. pravděpodobně bude možnost využít i hotelovou saunu a fit /dle podmínek a využití hotelovými hosty, zdarma pro adapt. skup /
9. pro členy adapt. skupiny/dle zájmu/ plánujeme návštěvu relaxačního centra v hotelu Mesit nebo Labyrint /zdarma/
10. jaké si vzít vybavení na lyže/prkno/, snad víte již sami /
11. na hotel je dobré si vzít přezuvky /cukle + tenisky apod. - nutné, + domácí oblečení - to je na vás/

Poznámky:

- strava na hotelu je dle letitých zkušeností velmi dobrá, v dostatečném množství a kvalitě
- snídaně je ve formě švédských stolů, ostatní jídla - klasika, pitný režim je zajištěn po každém jídle i večer
- individuálně je si možno přilepšit v restauraci a baru v hotelu a také ve vyhlášené skikolibě na vleku
- sociální zařízení jsou jak v hotelu, tak na vleku na vysoké úrovni
- pro hromadné činnosti budeme mít k dispozici společenskou místnost s televizí a datovou projekcí/extrémní lyžování/
- případnou hudební produkci si snad zařídíte sami s naší pomocí
- zajišťujeme zajímavé hudební večery, které budou záležet na vaší aktivitě

Informace:

- na hotelu je wifi připojení, ale vzhledem k rozsáhlosti celého hotelového zděného komplexu, není všude k dispozici, ve společenské místnosti je wifi ovšem k dispozici vždy.
- pokud si budete brát NTB, tablety apod. na kurz - **tak pouze na vlastní nebezpečí!**

Sjezdovka:

- sjezdovka je uzpůsobena jak pro pokročilé lyžaře /2 svahy – turistický a nově i středně náročný, při velkém počtu lyžařů možnost spustit další pomu/ i pro začátečníky pozvolný výukový svah se zpomalovacím zařízením na pomě
- areál má i snowpark – využití pouze s výslovným souhlasem a dozorem instruktorů
- na všech vlecích je moderní bezkontaktní odbavovací zařízení a přívětivý tým vlekařů
- po celou dobu kurzu budeme mít pronajatou uzamykatelnou místnost na ponechání lyží a boardu
- pouze obuv si budete muset přenášet do hotelu /proto doporučujeme pro lyžaře menší ruksak nebo sport. tašku/

Důležité:

- v případě, že se kurzu nebudete moci z vážných důvodů zúčastnit/nemoc/, neprodleně informujte přímo ředitele školy 777 900 010

Předpověď počasí

- i přesto, že letošní zima sněhu a mrazu nepřeje, dle všech předpovědních modelů budeme mít tradičně z pekla štěstí a vypadá to na pohodový skoro zimní týden se sluníčkem - předpovědní modely počasí pro Horní Bečvu na období kurzu [model 1](#) [model 2](#)

Zdravotní zajištění:

Vzhledem ke značnému počtu účastníků jsme zajistili účast dvou zdravotníků pro školní akce a také podporu ze strany horské služby. V případě nemoci nebo zdravotního stavu, který posoudíme, jako problematický budeme žádat rodiče o odvoz z kurzu - informaci by rodičům podal ředitel školy, který je zároveň vedoucí kurzu.

A aby bylo jasno:

- na základě četných dotazů účastníků kurzu sdělujeme, že používání vodní dýmky je na kurzu přísně zakázáno, což vyplývá ze školního řádu a především požárních předpisů hotelu

Poslední rada: Užijte si rozumné pohody před kurzovního času tak, ať jste připraveni na kurz!

Studenti, kteří se kurzu neúčastní, budou chodit do školy podle upraveného RH /bude na www stránkách školy/

Těšíme se v pondělí 10. února. 8,15 hodin před školou.