

INSTRUKCE PŘED ODJEZDEM NA HORY: penzion ANDULA, Strážné, Krkonoše

V pátek 6.3.2015 dones do školy:

- kartu zdravotní pojišťovny (stačí ofocená kopie)
- potvrzení o bezinfekčnosti (podepsané rodiči) + potvrzení přijetí informací
- potvrzení od dětského lékaře (je možné použít potvrzení, které bylo dětem vystaveno např. na letní tábor – má platnost 1 rok)
- potvrzení o seřízení lyžařského vázání (pokud budeš jezdit na SNB, potvrzení není třeba)
(pokud budeš mít lyže půjčené ze školy, potvrzení dostaneš automaticky s lyžemi)

Odjezd: neděle 8.3.2015 (sraz: v 8.30 před školou)

Příjezd: sobota 15.3.2015 mezi 14:00 a 15:00

Do autobusu si vezmi:

- **malý batůžek** na záda se svačinou a pitím (na chatě dostaneme až večeri), **igel.sáček**, příp. před cestou Kinedril apod. a přezůvky.

Nezapomeň s sebou přibalit: - brýle (lyžařské-nejsou povinné , sluneční)

- lyžařskou nebo SNB přilbu (**povinně**)

- vysoké ponožky nebo podkolenky do lyžáků nebo SNB bot (nízké kotníkové **NE**)

- krém na opalování (s UV filtrem)

- plavky, ručník

- jelení lůj či pomádu na rty

- náplast obyčejnou i polštářkovou

- šitíčko (dívky)

- **hadr na utírání bot, lyží a SNB (všichni !)**

- stolní hry, psací potřeby a pozn. sešit – „Lyžařský deník“

- nějaké sladkosti, nápoje v prášku (na chatě se vše prodává s horskou přírůzkou)

- přiměřené kapesné (pouze na drobné občerstvení, vše ostatní včetně vleků máš zapláceno)

VEZMI SI VĚCÍ POUZE TOLIK, KOLIK SÁM(A) UNESEŠ !!!

(vše si sbal do sportovní cestovní tašky, kterou po vybalení dáš např. na dno skříně, neber si kufr, který se nikam nevejde)

NA SEBE: - pevnou a pohodlnou zimní obuv a sportovní oděv, oteplovačky, šušťáky, zimní bundu, čepice, rukavice,
(rifle, zvonáče, kapsáče či jiné „civilní“ kalhoty nejsou vhodné – půjdeme cca 3,5 km po zimní cestě)

-----zde odstříhni a přines v pátek 6.3.2015 -----

Prohlášení rodičů

Prohlašuji, že dle posledního záznamu lékaře ve zdravotním a očkovacím průkazu dítěte je dítě, (příjmení a jméno)

nar. :, bydl.....

schopno se zúčastnit lyžařského kurzu ZŠ Heřmanův Městec v Krkonoších od 8.3. – 15.3. 2015.

Současně prohlašuji, že ošetřující lékař nenařídil výše jmenovanému dítěti, které je v mé péči, změnu režimu a okresní hygienik mu nenařídil karanténní opatření. Není mi též známo, že by v posledním týdnu přišlo dítě do styku s osobami, které onemocněly přenosnou nemocí. **Jsem si vědom/a/ právních následků, které by mne postihly, kdyby toto mé prohlášení bylo nepravdivé.**

Datum : 7.3.2015

.....
Podpis rodičů či jiných zákonných zástupců

Prohlášení nesmí být starší jednoho dne !

Pracovník zodpovědný za průběh akce : PaedDr. Libuše Moravcová (720 138 046 nebo 724 324 511,)

Vážený rodiče, v souladu s § 1, odst. 13 vyhl. Č. 71/2005 Sb. vás informujeme o účasti Vašeho dítěte na výše zmíněné akci. Jmenovaný žák / žákyně bude po skončení akce uvolněn(a) v souladu s § 1, odst. 13 vyhl. Č. 71/2005 Sb. v místě a čase vyznačeném jako konec akce (příjezd). Před tímto termínem je možné žáka uvolnit pouze v případě osobního převzetí rodičem, (zák. zást.) dítěte.

Potvrzuji, že jsem převza(a) informace, které se týkají lyž. kurzu, který se koná od **8.3. 2015 - 15.3. 2015**. Rodiče zodpovídají za to, že žáci nepovezou na kurz alkohol, drogy, tabák, výrobky a energetické nápoje !!!

Pozn. Beru na vědomí : - že ped. dozor neručí za případnou ztrátu cenných předmětů mého dítěte (MP3, CD přehrávač, mobilní telefon, tablet, PC apod.) ,

- že za nedodržování řádu lyžařského kurzu, nebo jeho hrubého porušení (např. kouření, konzumace alkoholu apod.) nebo v případě nemoci si dítě na vlastní náklady odvezu domů.

.....
kontaktní telefon

.....
podpis

OTOČ !

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY PRO LYŽAŘSKÝ A SNB KURZ ZŠ H.MĚSTEC

- budou všemi účastníky kurzu bez výjimek dodržovány – je lepší úrazům předcházet než je léčit !!!

Doprava a přesuny :

- při cestě na místo srazu nebo ke svahu buďte pozorní a ukáznění
- lyže musí být svázané tak, aby se nerozpadaly a přenášíme je špičkami dolů
- **pro přepravu autobusem musí být lyže i SNB v přepravním vaku (obalu)**
- při dopravě dodržujte pokyny vedoucích a instruktorů

Pobyt na chatě :

- bez povolení vedoucího kurzu není dovoleno opouštět chatu
- na celé chatě je přísně zakázáno manipulovat s otevřeným ohněm a kouřit !!!
- platí přísný zákaz požívání energetických a alkoholických nápojů aj. psychotrop. látek !!!
- na chatě neběhejte po schodech
- po chatě se pohybujte vždy v domácí obuvi
- přesně dodržujte pokyny vedoucí chaty, vedoucího kurzu či instruktorů

Při výcviku :

- nevzdalujte se od družstva bez povolení instruktora
- lyžujte jen v prostoru a směru, který určí instruktor
- není dovoleno lyžovat či jezdit na SNB před výcvikem a po jeho ukončení
- na svahu se chovej ohleduplně ke vše ostatním, dávej přednost všem, kteří jedou pod tebou
- než se rozjedeš, velmi pozorně se rozhlédni po svahu nad sebe, jestli někdo seshora nejede
- dodržuj pravidla FIS
- zastavuj vždy pod družstvem

Další pokyny dostaneš přímo na chatě a na svahu od ved. kurzu či svého instruktora !