

Lyžařský kurz

S sebou:

přezůvky
lyžařské nebo snowboardové vybavení
oblečení na svah 2x (kombinéza + rukavice teplé!)
4x triko s dlouhým rukávem
4x triko s krátkým rukávem
2x domácí oblečení (tepláky)
2x mikina nebo svetr
6x spodní prádlo
6x ponožky
2x punčocháče nebo lyžařské spodní prádlo
2x teplejší ponožky do přezkáčů
pyžamo
hygiena
ručník
kapesné (doporučené cca 500,- Kč)
čepice
náhradní rukavice
pláštěnka
léky (pravidelné užívání)
helma + kukla
baterka nebo čelovka
kniha
tužka a blok

Doporučené:

termoska
karty, kostky, společenské hry
oblečení na diskotéku

Na zvážení (pro Telnici, kde je v období mrazu k dispozici ledová plocha):

brusle na led (hokejka)
oblečení na maškarní lyžování

K autobusu přineste obálku s kopií kartičky pojištěnce, potvrzení o seřízení vázání a potvrzení o bezinfekčnosti.

Dejte dětem batůžek se svačinou a lahví na pití.

Upozornění: V případě sněhově nepříznivého počasí vezměte s sebou plavky a botasky.

Na spoustu sportovních zážitků, ale hlavně na Vás se těší celý realizační tým lyžařského výcviku.