

Seznam věcí na lyžařský výcvik

1. Oblečení na cestu

- nutná obuv vhodná do sněhu – ne botasky!

2. Věci na lyžování:

- lyže s bezpečnostním vázáním a hůlky (ve vaku nebo sepnuté řemínky)
- lyžařská helma
- lyžařské boty
- lyžařské kalhoty a bunda (nebo kombinéza) – z nepromokavého materiálu
- svetr
- termoprádlo
- trička...
- ponožky
- silné ponožky do bot
- punčochové kalhoty nebo spodky
- 2 rukavice z nepromokavého materiálu
- 2 čepice (kulichy) - *povinně*
- šála nebo šátek, kukla
- peníze na vleky
- lyžařské brýle

3. Ostatní věci:

- **povlečení na postel (prostěradlo, deka, polštář) – nutné!**
- oblečení do chaty
- prezůvky
- spodní prádlo
- pyžamo nebo noční košile
- kapesníky
- 2 ručníky
- pláštěnka
- malý batoh (na výlet)
- toaletní potřeby (mýdlo, kartáček a pasta na zuby, toaletní papír, . . .)
- blok a tužka
- utěrka na nádobí
- kartička zdravotní pojišťovny
- kapesné

Možno vzít s sebou: knížka na čtení, společenské hry

V zájmu bezpečnosti dítěte je třeba nechat lyžařské vázání seřídít v příslušném servisu. Potvrzení o seřízení odevzdá každý účastník před odjezdem na výcvik. Půjčovna lyží: Skiservisnedved.cz – Nymburk, Kolín
--