# **Pokyny k lyžařskému výcviku: Itálie 2024**

**Místo konání**: Moena, Itálie

**Ubytování**: hotel Ancora; s polopenzí

**Lyžování:** 4 denní skipass (Út – Pá) Alpe Lusia + San Pellegrino + Val di Fiemme

**Odjezd**: pondělí 29. 1. 2024 v ranních hodinách z Benešova

* přesný čas a místo odjezdu bude upřesněno na základě informací cestovní kanceláře

**Návrat**: sobota 3. 2. 2024 v brzkých ranních hodinách

**Předpokládaná cena**: 11 400,- Kč pro žáky narozené v roce 2008 a mladší

13 200,- Kč pro žáky narozené v roce 2007 a starší

* vyúčtování proběhne dle skutečných nákladů po ukončení kurzu

**Platby** (dle rozpisu v informačním systému Bakaláři):

záloha 6 000,- Kč již zaplacena

1. doplatek 4 000,- Kč – splatnost 20. 12. 2023
2. doplatek 1 400,-Kč pro žáky narozené v roce 2008 a mladší – splatnost 20. 1. 2024
3. doplatek 3 200,- Kč pro žáky narozené v roce 2007 a starší – splatnost 20. 1. 2024

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Cestovní doklady**:

* Cestovní pas (nebo Občanský průkaz)
* kartička pojištěnce ČR
* cestovní pojištění zajistí škola

**Vybavení na lyžování**:

* seřízené sjezdové lyže, hůlky, lyžařské boty nebo snowboard, boty na snowboard

(případně vybavení na lyže i snowboard)

* lyžařská **helma** (povinná!), doporučujeme i chránič páteře
* sjezdařské vosky (stačí do skupiny)
* lyžařské a sluneční brýle (nutné!), opalovací krém s vyšším UV faktorem
* menší batoh (na svačinu), případně termoska

**Oblečení**:

* lyžařské oblečení: kalhoty, bunda
* lehčí bunda na vycházku, náhradní kalhoty
* teplé spodní oblečení (svetr nebo rolák,

termoprádlo, spodky)

* zimní čepice, rukavice 2x, příp. kukla pod helmu
* šála, šátek
* vyšší teplé ponožky na lyžování
* ponožky, spodní prádlo, tílka
* pyžamo
* oblečení pro pobyt v hotelu
* domácí obuv
* plavky, koupací čepice (pokud vlastníte)
* toaletní potřeby, hygienické potřeby
* krém na opalování, balzám na rty
* ručník
* kapesníky
* šicí potřeby (do skupiny)
* provázek
* léky pro osobní potřebu + náplast polštářková, **pružné obinadlo**
* karty, společenské hry pro dlouhé zimní večery, případně hudební nástroj

**Stravování:**

Polopenze (bufetové snídaně, večeře s výběrem možností + salát). Oběd nebo svačinu na svah si zajišťuje každý sám. U hotelu je možné zakoupit základní potraviny za cenově přijatelných podmínek (řádově srovnatelné s cenami v ČR v obchodě na horách – supermarket v Benešově je samozřejmě levnější). Na svahu je možnost využití restaurace (finančně náročnější varianta, cena cca 10€). Na oběd se nebudeme vracet do hotelu. Doporučujeme vzít si s sebou alespoň drobné jídlo z domova: např. sušenky, tyčinky apod.

**Kapesné:** na místě nebudou nutné žádné výdaje, doporučuje se menší kapesné na občerstvení na sjezdovce, případně večer ve vesnici (eventuelně návštěva bazénu apod.) cca 30 €. Na většině míst je možné platit kartou.

**Potřebná potvrzení k odevzdání v den odjezdu**:

* Prohlášení o bezinfekčnosti (žáci dostanou v týdnu před kurzem)
* Prohlášení o seřízení vázání lyží (stačí prohlášení od zákonných zástupců)