

ZŠ Komenského 288, Jilemnice

Soupis doporučeného lyžařského vybavení a potřeb

pro účastníka lyžařského zájezdu 7. tříd

| | |
|--------------------------------------|---------------------------------|
| lyže nebo snowboard s hranami, běžky | helma |
| lyžařské hole sjezdové, běžecké | parafin |
| lyžařské boty, boty na běžky | korek na roztírání vosků |
| řemínky na svázání lyží | dobrou náladu |
| lyžařské brýle (sjezdové) | obal na lyže |
| batoh (případně cestovní kabely) | lehčí svetřík, tričko, košile |
| domácí obuv na přezutí | čepice na uši (kulich) |
| 2x rukavice nepromokavé | |
| rukavice na cestu | psací potřeby |
| 2 - 3 páry silných ponožek | |
| 5 párů ponožek na domácí nošení | |
| 1 pár silnějších podkolenek | svetr na lyžování |
| funkční termoprádlo | 2 - 3 noviny (na vysoušení bot) |
| bavlněný nátělník (dlouhý rukáv) | |
| 1 bavlněný šátek na krk | |
| pyžamo | sada vosků |
| 2 - 3 kapesníky | |
| osobní prádlo | elastické obinadlo |
| ručník | kalhoty na převlečení do chaty |
| věci osobní hygieny, mýdlo 1 ks | lyžařské kalhoty |
| žínka, kartáček na zuby | větrovka - bunda |
| pasta, hřebec apod. | |

Nezapomeň přinést potvrzení o zdravotním stavu =

Písemné prohlášení zákonných zástupců dítěte,

Prohlášení odpovědnosti za škody, chování a pojištění,

které odevzdáš v obálce spolu s průkazem zdravotní pojišťovny vedoucímu zájezdu.

Vedení zájezdu ZŠ Komenského