

# Lyžařský kurz 2019 tříd 1. A, 1. B a 3. E

Kurz je součástí výuky TV a jeho cílem je získat a prohloubit znalosti, pohybové schopnosti a dovednosti v oblasti zimních sportů (sjezdové lyžování, snowboarding a běžecké lyžování). Výcvik bude prováděn ve družstvech, do kterých budou žáci rozděleni podle pohybových schopností a dovedností. Veškerá výuka proběhne pod vedením odborných instruktorů.

**Termín kurzu:** 7. ledna – 11. ledna 2019

**Sraz účastníků:** pondělí 7. 1. 2019, 7:45 před GFPVM, v 8:15 odjezd

**Návrat:** pátek 11. 1. 2019, v cca 14.00 k budově GFPVM

**Místo konání:** Horský hotel Radegast a Chata Radhošť, Dolní Bečva 287, 756 55 Dolní Bečva, +420556835130 – Hotel Radegast, +420775663616 – Martin Trčka – provozovatel, hotelradegast@centrum.cz, www.hotelradegast.cz

**Organizační zajištění:** Mgr. Jakub Holomek, vedoucí kurzu

Instruktoři: Mgr. Markéta Heřmanová, Mgr. Vojtěch Blabla, Mgr. Hynek Bartošek, Mgr. Lukáš Korábečný, Ing. Robert Koman, Mgr. Petr Sedláček

Zdravotník: Ondřej Kováč

**Finanční náklady:** přibližné náklady za ubytování, dopravu a stravu: **2 000 Kč**, týdenní skipas na lyžařské vleky cca **1 200 Kč**, předpokládané celkové náklady cca **3 200 Kč**

## Výzbroj a výstroj

**LYŽAŘSKÝ VÝCVIK** – sjezdové lyže s odborně seřízeným bezpečnostním vázáním, **přilba – povinná výbava**, lyžařské hole a boty, řemínky (suché zipy, vak), lyžařské brýle, sada vosků na sjezdové lyže, korek (popř. žehlička)

**SNOWBOARDOVÝ VÝCVIK** – snowboard (správná délka – po bradu, u začátečníků i kratší), snowboardové boty, **přilba – povinná výbava**, měkké vázání, snowboardové brýle, sada vosků na snowboard, korek (popř. žehlička), náhradní přezky (1 horní, 1 dolní)

**VÝCVIK NA BĚŽECKÝCH LYŽÍCH** – běžecké lyže, hole, boty, vosky (není potřeba pro každého účastníka, GFPVM zajistí asi 13 párů běžeckých kompletů pro 1 družstvo)

ŠKOLA JE SCHOPNA PŘÍPADNĚ ZAPŮJČIT NĚKTERÉ LYŽAŘSKÉ A SNOWBOARDOVÉ VYBAVENÍ (jedná se především o lyže a snowboard, počet omezen).

V případě dotazů pište na email: [jakub.holomek@gfpvm.cz](mailto:jakub.holomek@gfpvm.cz)

Ve Valašském Meziříčí dne 12. 11. 2018

Mgr. Jakub Holomek, vedoucí kurzu

## SOUHLAS ZÁKONNÉHO ZÁSTUPCE NEZLETILÉHO ŽÁKA S ÚČASTÍ NA LYŽAŘSKÉM KURZU

**Jméno a příjmení žáka:** \_\_\_\_\_

**Třída:** \_\_\_\_\_

Souhlasím s účastí mého syna / mé dcery \* na lyžařském kurzu s výše uvedenou náplní.

**Jméno a příjmení**

**Datum a podpis:** \_\_\_\_\_

(čitelně):

\*nehodící se škrtněte

V případě nesouhlasu s účastí na sportovním kurzu, uveďte důvod neúčasti: .....

V případě účasti podtrhněte **právě jednu možnost** (volba lyže (L) / snowboard (SNB), úroveň):

**L** začátečník   **L** středně pokročilý   **L** pokročilý   **SNB** začátečník   **SNB** středně pokročilý   **SNB** pokročilý

## Gymnázium Františka Palackého Valašské Meziříčí

tel./fax +420571612311  
IČO 00843369

Husova 146/2, Valašské  
Meziříčí, 757 01, ČR

www.gfpvm.cz  
info@gfpvm.cz



## Gymnázium Františka Palackého Valašské Meziříčí

---

tel./fax +420571612311  
IČO 00843369

Husova 146/2, Valašské  
Meziříčí, 757 01, ČR

[www.gfpvm.cz](http://www.gfpvm.cz)  
[info@gfpvm.cz](mailto:info@gfpvm.cz)

