

STK Mísečky 2019 – pokyny a požadované vybavení

- Místo: Horní Mísečky, Jilemnická Bouda (<https://www.jilemnickabouda.cz/>)
- Termín: 15.-20. 12. 2019 (neděle–pátek)
zahájení kurzu v neděli 15. 12. v 9:00, ukončení v pátek 20. 12. ve 12:00
- Účastníci: věkové rozmezí 10–15 let (včetně začátečníků), přihlašování na akci bylo ukončeno, aktuální seznam vybraných účastníků je zveřejněn na [webu STK](#)
- Cena: 600,-/noc (ubytování s plnou penzí), tj. 3000,- (po příspěvku ČSOS **2000,-**), možnost vystavit fakturu na oddíl/tréninkovou skupinu.
- Záloha: 1700,- na č. účtu 2301689111/2010, záloha může být v případě závažného důvodu (nemoc) částečně vrácena. V případě, že se účastník nemůže akce zúčastnit, je povinen o této skutečnosti co nejdříve informovat koordinátora projektu Jana Petrželu na e-mail j.petrzela@seznam.cz nebo na tel. 720 454 545
- Doplatek při příjezdu: 300,- v hotovosti
- Doprava: na místo konání akce individuálně
- Strava: zajištěna, začíná v neděli obědem a končí v pátek obědem
- Program: teoretická a praktická výuka bruslení, základy přípravy lyží, protahovací cvičení, výlety, hry, základy LOB, rozčlenění dětí do skupin podle věku a výkonnosti
- Požadované vybavení: boty, lyže a hole pro bruslení, sportovní oblečení (dostatek rukavic, čepic ponožek!), oblečení pro pobyt na chatě, hygienické potřeby, léky osobní potřeby, láhev na pití, malý ruksáček na výlety, buzola, psací potřeby, červený slabý fix, mapník pro OB – pokud vlastníš

Prosím rodiče, kteří posílají své děti na kurz poprvé, aby věnovali pozornost lyžařskému vybavení:

- Lyže: na bruslení nebo kombi, ale bez šupin na skluznici! Délka: výška postavy plus 10 cm, při větší délce je dítě špatně ovládá, příliš krátké a měkké lyže mu nebudou. Úpravu skluznice parafínem případně zajistíme.
- Hole: výška postavy minus 15 cm. Pokud dítě stojí na lyžích v lyžařských botách a hůl je zapíchnutá ve sněhu, měla by mu dosahovat horním koncem k úrovni brady. Pokud má dítě hole krátké, nemůže se naučit na lyžích dobře bruslit.
- Boty: na bruslení nebo kombi

Pokud budete pořizovat vybavení nové, doporučuji obrátit se na Zdeňka Zikmunda (Kazboš), který je schopen ve velmi solidní ceně zajistit kvalitní set, či jednotlivé části vybavení. Stačí nahlásit výšku, váhu a číslo boty. Mobil: 603 911 723

Koordinátor projektu (přihlášky, finance): Jan Petržela, j.petrzela@seznam.cz, 720454545
Odpovědná osoba na akci: Vlasta Zlesáková, zlesakova@atlas.cz, 732 965 693