**Seznam základních potřeb pro LVK**

**Výzbroj a výstroj**

- seřízené lyže s bezpečnostním vázáním a brzdou

- potvrzení o seřízení ze servisu nebo čestné prohlášení rodiče

- lyžařská obuv

- lyžařské hole

- lyžařská helma

- lyžařské brýle

**Oblečení**

- svrchní nepromokavé oblečení - zimní bunda + kalhoty (oteplovačky, lyžařská kombinéza)

- nepromokavé zimní boty

- 3 – 4 páry teplých ponožek

- 2 páry tenkých ponožek

- 2 ks spodků nebo punčocháčů

- mikina, rolák

- 2 páry teplých rukavic

- 2 čepice, navíc možno čelenku

- šátek na krk

- oblečení pro pobyt na chatě

- přezůvky

- spodní prádlo (několik kusů)

- pyžamo

- PLAVKY – bude možnost relaxace v bazénu nebo v sauně

**Toaletní potřeby**

- ručník, sprchový gel, hřeben, zubní kartáček, pasta na zuby, krém denní a opalovací, jelení lůj

**Různé**

- **průkaz zdravotní pojišťovny**(možno okopírovat), termoska nebo plastová láhev na pití, malý batoh

- léky (pokud nějaké užívá), baterka, psací a poznámkové potřeby, sjezdové a sluneční brýle, vosky – bílá svíčka, hadřík, společenská hra, pingpongová pálka, karty

**Poznámka**

- doporučuje se nebrat hodnotné věci – drahé fotoaparáty, notebooky, mobily, tablety…

- mobilní telefony – doporučuji vypnout roaming (napojení na zahraniční operátory)

- vše možno sbalit do cestovní tašky nebo kufru (není nutný batoh)

**- prosíme nepoužívat** při přepravě lyžařských bot a přileb **igelitové tašky!**