

ŘÁD LVK

1. LVK je součástí školního vyučování. Žáci jsou povinni při zájezdu plnit pokyny vedoucího kurzu a instruktorů a dodržovat řád chaty, na které jsou ubytováni.
2. Účast všech žáků na stanoveném programu a výcviku je povinná.
3. Žáky z účasti na výcviku omlouvá instruktor nebo zdravotník LVK.
4. Žáci jsou při výcviku rozděleni do družstev, která nesmí bez povolení instruktora opustit.
5. Při lyžařském výcviku je povinnost mít řádně na hlavě nasazenou lyžařskou helmu.
6. Onemocnění nebo poranění hlásí žáci instruktorovi a zdravotníkovi LVK.
7. Žáci nesmí bez dovolení instruktora nebo zdravotníka opustit ubytovnu.
8. Povinností každého účastníka LVK je udržovat čistotu a pořádek na pokoji, ve společenské místnosti a na hygienických zařízeních. Používání elektrických spotřebičů se řídí pokyny vedoucího chaty.
9. Lyže mohou být ukládány pouze na místě k tomu vyhrazeném.
10. Kouření, užívání jakýchkoli návykových látek a konzumace energetických nápojů je přísně zakázáno.
11. V případě, že žák užívá léky a veze je s sebou na kurz, odevzdá je zdravotnici kurzu. Zdravotnice kurzu zajistí jejich případné užití.
12. Peníze a cenné předměty si mohou účastníci LVK uložit u vedoucího družstva. Veškeré ztráty se ihned ohlašují pedagogickému dozoru.
13. Škodu na zařízení chaty je třeba hlásit ihned. Hradí ji ten, kdo ji způsobil.
14. Žáci jsou povinni dodržovat denní řád.

DENNÍ ŘÁD

- 07.30 – 08.00** budíček, ranní hygiena
08.00 – 08.30 snídane
08.30 – 09.00 příprava na dopolední výcvik
09.00 – 11.45 dopolední výcvik
11.45 - 12.00 úklid lyží, osobní hygiena
12.00 – 12.40 oběd
12.40 – 13.45 polední klid
13.45 – 14.00 příprava na odpolední výcvik
14.00 – 16.30 odpolední výcvik
16.30 – 17.30 údržba a úklid lyží, osobní hygiena
17.30 – 18.15 večeře
18.15 – 19.00 osobní volno
19.00 – 21.30 vyhodnocení dne, určení úkolů na den příští, přednáška, společenský večer
21.30 – 22.00 osobní hygiena, příprava na večerku
22.00 – 07.30 večerka, noční klid