

## LYŽUJEME OD MALIČKA SE SCHOOL4FUN – příprava výbavy a oblečení

### Lyže

- u absolutního začátečníka doporučená délka lyží do úrovně ramen (lyže NE pod prsa - děti nemají stabilitu), (lyže NE nad nos - dětem se lyže špatně ovládají)
- péče o skluznici – „Kdo maže, ten jede.“ ... pokud nezvládnete servis sami, nechte lyže připravit u profesionálů (možnost nechat si seřídít lyže a udělat servis přímo od pana Klasny 8.1.2023 od 18 do 19h na adrese - Bazar Helena Šosová, Tyršova 57, Klatovy) - cena 150kč
- 

### Boty

- lyžáky by měly být o centimetr větší než je noha dítěte
- doporučujeme botu vyzkoušet s teplou vysokou ponožkou

### Helma

- ideální je helma s kolečkem aby dítěti opravdu sedla
- pod helmu se hodí tenká čepice, kukla nebo čelenka), čepice s BAMBULÍ NE!!!
- holčičkám s dlouhými vlasy doporučujeme zaplést copánky, CULÍKY A SPONKY NE!
- lyžařské brýle určitě nejsou na škodu (za pár korun pořídíte např. v Decathlonu) – nejsou však povinné

### Hůlky

- u začátečníků nejsou potřeba, zbytečně překážejí

### Oblečení

- obstarajte svému dítěti nepromokavé oblečení a vrstvěte s rozumem ☺ (první vrstva termoprádlo, druhá triko nebo tenčí mikina, třetí bunda nebo kombinéza)
- vhodný je i tenký nákrčník (ŠÁLA PŘEKÁŽÍ A BRÁNÍ POHYBU)
- rukavice nepromokavé (pletené nejsou vhodné)

### Výpůjčka lyží

- Nemáte vybavení pro své dítě? - možnost vypůjčení lyžařské výbavy po dobu kurzu za 1000kč ... informace na tel. 773555456