



# LYŽÁK

2017 - 2018

## výcvik sjezdového lyžování a snowboardingu pro děti, mládež i dospělé



**lyzak.cz**  
lyžování pro každého!

Výcvik probíhá podle metodiky Svazu lyžařů ČR, v malých družstvech, vedených obvykle dvěma instruktory, nejmenším dětem se věnujeme individuálně.

### Plán akcí na sezónu 2017-18

#### Jednodenní zájezdy

6 nedělních zájezdů, obvykle do areálu Buková hora  
**7., 14., 21. ledna, 17., 24. února a 11. března**  
V případě nepříznivých podmínek může dojít ke změně termínů.

#### Výcvikový balíček

Zahrnuje 6 jednodenních zájezdů s výcvikem pro začátečníky i pokročilé, **cena 4600 Kč**. V ceně je i kondiční příprava v tělocvičně a členský příspěvek. V ceně není ski pas.

**Sleva pro loňské účastníky: 5% z ceny balíčku**  
**Sleva pro sourozence: 5% z ceny balíčku**

#### Jednotlivý zájezd

doprava 300 Kč. Výcvik pro člena 600 Kč (pokud nemá balíček), pro nečlena 700 Kč / den. Zdokonalovací lekce pro dospělé jsou možné v rámci každé akce po předchozí domluvě, 500 Kč / blok (3 hodiny).

#### Kondiční cvičení od 11.10.2017 do 28.3.2018

sokolovna Srbská, středa 18 – 19 hod, cena 1300 Kč (pokud účastník neplatí výcvikový balíček).

#### Bonus zájezd 2.2.2018 (pololetky)

Místo upřesníme podle zájmu, je možné Česko nebo Rakousko, pouze doprovod ve družstvech, bez výcviku. Určeno pro pokročilejší lyžaře.

#### Jarní prázdniny Aprica, Itálie 4.-9.2.2018

Oblíbené italské středisko s 50 km sjezdovek 1100 – 2270 mm, 5 dní lyžování, 5 noclehů s PP, 2-3 lůžkové pokoje, doprovod s možností výcviku. Cena 10900 Kč, děti do r. 2010 8500 Kč.

#### Vítání jara Bad Gastein, Rakousko, 1.-4.3.2018

3 dny lyžování ve známém středisku Bad Gastein, 2x ubytování, polopenze a doprava, cena předběžně 7500 Kč, slevu pro děti upřesníme.  
Výcvik na vyžádání, 900 Kč / den. Účast samotných dětí do 15 let bez výcviku není možná.

**Víkend na běžkách – 16.-18.3.2018**, běžky i lyžování za výhodnou cenu, upřesníme, asi Beskydy.

**Členský příspěvek** pro dítě do 15 let je 300 Kč a pro juniora a dospělého je 700 Kč a zahrnuje příspěvek člena Lyžáku, příspěvek člena SLČR na rok 2018 a poplatky SK Královo Pole umožňující využití kluzišť, kurtů a posilovny.

.....✂.....✂..... tuto část oddělte a odešlete případně předejte osobně ... ✂ ..... tuto část oddělte a zašlete prosím na [info@lyzak.cz](mailto:info@lyzak.cz) případně předejte osobně ... ✂ ..... tuto část oddělte a odešlete případně předejte osobně ... ✂.....✂.....

### Příhláška do LYŽÁKU pro sezónu 2017 – 2018

Akce	Termín	Cena Kč člen	Cena Kč jednotlivá akce nečlen	Účast (počet osob)	Platba Kč
Výcvikový balíček (zájezdy 6x CZ, kondičky, členský příspěvek)		4600	0		
Kondiční cvičení (bez zájezdů) + čl.přísp.	říjen – březen	1300	50		
Zájezd jednodenní, CZ	leden – březen		300 doprava, 600 výcvik		
Zájezd jednodenní bonus 2.2.2018	leden, březen	Podle místa			
Jarní prázdniny Itálie	4.-9.2.2018	viz výše			
Vítání jara Rakousko	1.-4.3.2018	viz výše			
Víkend na běžkách	16.-18.3.2018	viz výše			
Příspěvek členský děti do 15 let		300			
Příspěvek členský junior od 15 let, dospělý		700			

nelyžař	začátečník	lyžař
---------	------------	-------

Jméno a příjmení .....

Adresa ..... PSČ .....

Rodné číslo .....

Kontakt na rodiče (mobil, e-mail) .....

Podpis rodiče (souhlas s podmínkami)

#### Organizace zájezdů

Termíny konání zájezdů budeme potvrzovat na www stránkách [www.lyzak.cz](http://www.lyzak.cz)

Odjezdy autobusu budou vždy z parkoviště před OD TESCO na ul. Dornych. Čas odjezdu bude upřesněn ve cvičení, obvykle bude v 7.00. (sraz v 6:45) Návrat na toto místo obvykle do 19:00.

Jednodenní zájezdy jsou bez stravy, na zájezd je vhodné vzít s sebou svačinu nebo peníze na svačinu a peníze na vlek (podle místa, obvykle stačí na jeden den 400-500 Kč)..

Na zájezdy nezajišťujeme žádné nadstandardní pojištění, je nutné, aby účastník měl u sebe kartu nebo kopii karty zdravotní pojišťovny.

**Na zájezdech je možná i účast rodičů a dalších zájemců.** Informujte se telefonicky nebo mailem.

Výcvik probíhá ve dvou tříhodinových blocích 9-12, 13-16 h.

#### Podmínky účasti na akcích

Zaplacení ceny nejpozději 10 dní před odjezdem..

#### Stornovací podmínky

Storno účasti do 5 dní před odjezdem 50%, později 100% z ceny zájezdu. Zaplacené místo je možno obsadit jiným účastníkem.

#### Členství

Přijímáme děti od 5 let (po dohodě i mladší), mládež i dospělé Předpokládáme alespoň základní pohybové dovednosti a základy lyžování. **Pro úplné začátečníky a nejmenší děti je nutné dohodnout podmínky osobně, obvykle je vhodný jednodenní individuální výcvik za příspěvek 500 Kč.**

#### Vybavení

Předpokládáme vybavení odpovídající věku a vyspělosti dítěte.

Lyže mají mít přiměřenou délku (po bradu – nos) se seřízeným vázáním a brzdou. Ve vlastním zájmu zajistíte seřízení vázání, potíže na svahu řešit nemůžeme. Nefunkční vázání = vyloučení z výcviku.

Výcvik probíhá dle metodiky SLČR s využitím lyžařských holí. Hole by měly být dlouhé asi 10–15 cm nad pás.

**Pro všechny účastníky výcviku jsou lyžařské přílby povinné.**

#### Ski pasy

Na jednodenní zájezdy zajistíme účastníkům zakoupení skipasů za zvýhodněných podmínek

#### Platby:

**Na všechny akce vždy předem na účet, EET nepodporujeme**

**Adresa, kontakt, přihlášky: Lyžák, z.s.**  
Křížíkova 2697/70, BRNO

Kontaktní osoba: **Ing. Petr Žák**, mobil: 602 722 849

**web: [www.lyzak.cz](http://www.lyzak.cz), email: [info@lyzak.cz](mailto:info@lyzak.cz)**

**číslo účtu: 4 100 002 159 / 6800. IČ 697 46 494**

#### Číslo akce = variabilní symbol pro platbu

Zájezdy + kondičky 12018, jen kondičky 22018

jednotlivý zájezd – datum zájezdu ve tvaru např. 7012018 = 7.1.2018

jarní prázdniny 4022018, vítání jara 1032018