

# SEZNAM VĚCÍ NA ZIMNÍ HORY

## 1) POVINNÉ VYBAVENÍ

**na sobě :** spodní prádlo  
tričko (s trilobitem)  
košile nebo mikina  
kalkhoty  
ponožky silné  
boty přes kotníky ( pohorky apod.)  
svetr  
bunda  
pokrývka hlavy  
rukavice

### **v malém batůžku :**

pláštěnka  
láhev na pití  
brýle proti slunci  
KPZ  
peněženka s penězi (pro starší)  
kapesník  
zavírací nůž  
občanský průkaz (pro starší)  
toaletní papír (kousek)  
zápisníček a tužka  
píšťalka  
uzlovačka

**v batohu :** nepromokavé rukavice ( NE pletené ) celkem nejméně 2x  
náhradní čepice  
náhradní boty (bufy, sněhule)  
tepláková souprava teplá  
oblečení na spaní  
2x košile nebo mikina  
7 párů ponožek silných  
7 párů ponožek slabých  
7x spodní prádlo  
3x tričko  
5x kapesník  
plavky  
baterka  
šála  
provaz 3m + kolíčky na prádlo  
šátek (ne krojový)  
přezůvky do chaty (sbalené v batohu nahoře)

hygienické potřeby v sáčku :

mýdlo  
2x ručník  
kartáček na zuby + pasta  
kelímek  
hřeben + zrcátko  
jelení lůž  
krém na opalování  
propiska, tužka, pastelky, guma  
zápalky  
rezervní šněrovadla  
3x igelitový sáček na svačinu  
plátěný sáček na špinavé prádlo  
blok nebo papíry na kreslení  
můj kroužkový zápisník  
maska na karneval  
čištění na boty (alespoň hadřík)  
svíčka

## 2) DOPORUČENÉ VYBAVENÍ

sjezdové lyže nebo běžky nebo oboje (**potvrzení o seřizeném vázání sjezdovek** )  
helma na lyže  
brýle na lyže  
2x oblečení na lyže (na ven)  
řemínky, vosky a další příslušenství k lyžím  
mapa + buzola (pro starší)  
fotoaparát (pro starší)  
hudební nástroj (kdo na něco hraje)  
oblíbená knížka nebo hra

## 3) NEZAPOMEŇ S SEBOU VZÍT A ODEVZDAT PŘI ODJEZDU

BEZINFEKČNOST  
PRŮKAZ ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNY  
LÉKY, KTERÉ DÍTĚ PRAVIDELNĚ UŽÍVÁ  
POSUDEK O ZDRAVOTNÍ ZPŮSOBILOSTI (pokud ještě není odevzdán)  
POTVRZENÍ O SEŘÍZENÉM VÁZÁNÍ (pokud ještě není odevzdán)  
PENÍZE NA VLEKY (pokud má dítě sjezdovky)