

## Cyklotábor Ostružno u Jičína 14. 7. – 21. 7. 2018

### Orientační seznam věcí na cyklotábor:

větrovka	ručník
šustřákové kalhoty	osuška
kraťasy 3x	plavky
tepláky 3x	sluneční brýle
mikina 2x	opalovací krém
pyžamo	repelent
ponožky 6x	mycí potřeby
triko dlouhý rukáv 1x	papírové kapesníky
triko krátký rukáv 5x	toaletní papír
nátělník	knížka, hračka
spodní prádlo 7x	psací a kreslicí potřeby
čepice	lžíce, lžička, hrnek, miska
tenisky 2x	pláštěnka
sandály	batůžek na záda /cyklobatoh s pevným držením
pantofle	na zádech (přezka přes prsa)
přilba (s možností utažení pásků)	pití a svačinu na cestu
cykloláhev	300 Kč na vstupy + kapesné
cyklorukavice	baterka
náhradní duše příslušné velikosti	V případě nepřízně počasí i holiny.



### Děti při odjezdu odevzdají v průhledných uzavíratelných deskách (obálce):

- Průkaz zdravotní pojišťovny
- Potvrzení o seřízení kola
- Bezinfekčnost (nesmí být starší než 1 den)
- Odpovědnost za škody
- Posudek o zdravotní způsobilosti – *Posudek vydaný lékařem po 1. 11. 2017 je nově platný 2 roky. Posudek vydaný před 1. 11. 2017 má platnost pouze 1 rok.*
- Upozornění o zdravotních problémech dítěte (alergie, léky atd.)
- Aktuální kontakty na rodiče