TJ LOKOMOTIVA TEPLICE - oddíl BĚŽECKÉHO LYŽOVÁNÍ

Vážení rodiče, blíží se lyžařská sezóna 2026/2027

INFORMACE O ČINNOSTI ODDÍLU:

Aktuální informace o činnosti oddílu na **lote-bezky.cz** rubriky:

- **Aktuálně -** informace o připravovaných akcích
- **Závody a akce** - propozice a výsledky závodů, přihlašování na závody
- **Tréninkové skupiny** - informace určené závodním skupinám
- **Dokumenty-Informace pro členy** - přihláška, info o zdr. prohlídkách a úrazovém pojištění
- Sledujte náš FB účet http://facebook.com/lote.bezky, či instagram @lote_bezky

Náš oddíl se věnuje běžeckému lyžování. Mimo zimní období se věnujeme dalším aktivitám jako běhu, hrám, cyklistice, kolečkovým bruslím a lyžím, imitační chůzi a běhu, lezení, turistice, vodáctví a dalším aktivitám. Příprava vyžaduje pravidelnost v trénincích i o víkendech.

- **TRÉNINKY A ZÁVODY**

Výcviky běžecké i na lyžích budou pořádány o víkendech na Novém Městě se zázemím v nové ohřívárně. Na tréninky je doprava individuální: V ohřívárně či na odd. chatě jsou dětem k dispozici teplý čaj, chata s možností uložení lyží (ve fusaku). Kromě víkendových tréninků se budou konat v zimě i závody o sobotách a nedělích, o kterých budete předem informováni. Před Vánocemi je pro závodní družstva plánováno soustředění na prvním sněhu. O vánočních prázdninách (26.-30.12.) bude soustředění na Novém Městě s denním dojížděním (všechna družstva) a zahajovací závody.

- **PŘIHLÁŠKY, REGISTRACE**

Do 30.11. je nutné, aby dítě odevzdalo potvrzení o zdravotním stavu dle Vyhl. č. 391/2013 Sb. (v registračním průkazu) Začátečníci, kteří doposud nemají registračky se zdravotní prohlídkou, závodí na zodpovědnost rodičů ! Doporučujeme prohlídku praktickým lékařem, starší děti sportovním lékařem.
Všichni noví členové musí odevzdat vyplněnou přihlášku do TJ.

- **ODDÍLOVÉ PŘÍSPĚVKY**

DO 31.10. je nutné zaplatit na účet oddílové příspěvky.
číslo účtu TJ pro bezhotovostní platby: **2800722772 /2010** v.s. 1220026 (FIO). **Uveďte jméno dítěte do zprávy pro příjemce.**

Odd. příspěvky činí NA ROK 2027:

NOVÁČCI (1. rokem) - děti nově příchozí v r. 2026	**- 1500 Kč**
ostatní děti r. 2017 a ml.	**- 3700 Kč**
závodní družstva r. 2016 a st.	**- 4200 Kč**
dospělí, rodiče (nezávodníci - platí si startovné a dopravu na závody)	**- 700 Kč**

DOSPĚLÍ, RODIČE-při odpracování 4 brigád nabízíme bezplatné členství v oddíle a TJ (využití výhod členství: členové mohou využívat oddílové zázemí a účastnit se za zvýhodněných podmínek akcí pořádaných oddílem).
Uvítáme rodiče, kteří se chtějí podílet na činnosti oddílu.

- **VYBAVENÍ - JARO-PODZIM**

✓ vhodné běžecké boty, nejlépe s podrážkou do terénu
✓ kromě běžného sportovního oblečení dobrá nepromokavá větrovka
✓ běžecké hůlky na imitace (kratší, starší hole na běh na lyžích)
✓ horské nebo trekové kolo v dobrém technickém stavu + příslušenství (přilba, rukavice, brýle, náhradní duše)
✓ od nejml. žactva inline brusle, později kolečkové lyže
✓ spacák (občas se přespává na odd. chatě)

- **VYBAVENÍ - ZIMA**

✓ běžecké lyže na klasiku s hladkou skluznicí (délka asi o 10-15 cm nad výšku dítěte, vázání, boty)
-u nejmenších dětí lze i lyže se "šupinami" či tzv. nowax lyže, od nejml. žactva i lyže na bruslení nebo tzv. "kombi" lyže
✓ běžecké hůlky (délka k podpaží až k rameni) - starší děti pro dopravu na závody - lyže a hole ve fusaku (vaku)
✓ sada vosků tuhých-základní barvy SWIX V40,45,50,55, tekuté vosky v tubě (klistry SWIX KR 60, 50, 30), či jiná zn.
✓ parafíny (začátečníci stačí SKIVO), možno tekuté
✓ škrabku, hadry, odstraňovač vosků

INFO O VYBAVENÍ (vosky apod. na webu oddílu v Dokumentech)
Dbejte, aby na tréninky a závody (zvláště pak v zimě) byly děti vybaveny dostatkem náhradního oblečení a obutí pro případ nepříznivého počasí (spodky, ponožky i spodní prádlo, rukavice - prstové, šusťáky apod.)
Další informace o výzbroji a výstroji dětí a další pokyny obdržíte na každém tréninku v úterý a ve čtvrtek před 17,00 hod. od trenérů. ***Poraďte se s trenéry před nákupem !!***

Přejeme Vašim dětem hodně úspěchů a pěkné zážitky z pobytu v přírodě mezi kamarády.

Výbor oddílu běžeckého lyžování
TJ Lokomotiva Teplice