

Lyžák 2019

Od soboty 9. 2. do soboty 16. 2. 2019 se uskutečnil v Jablonci nad Jizerou další zimní sportovní kurz ZŠ a MŠ Rudolfov - tentokrát „Lyžařský výcvikový kurz“ (LVK). Zúčastnilo se ho rekordních 35 přihlášených žáků (25 chlapců a 8 dívek ze 7. ročníku, 2 dívky z 9. ročníku).

Začátečníky vyučovaly instruktorky lyžování Mgr. J. Vašková a Bc. V. Osouchová, pokročilé lyžaře vedli Mgr. Ivo Schuster a Mgr. Z. Doležalová. Lékařem kurzu byl MUDr. Pavel Střihavka. Autobus bezpečně řídil Václav Weisfeit.

Ve Skiareálu Kamenec <https://www.skikamenec.cz/> bylo vzhledem k letošním příznivým podmínkám ideální množství přírodního sněhu. A i když jsme zažili i déšť, tak počasí přes všechnu jeho proměnlivost bylo dobré. Žáci se tady za pět výcvikových dní a jeden dobrovolný večerní výcvik naučili lyžovat (to se týkalo 11 úplných začátečníků) nebo se více či méně (vzhledem ke svým pohybovým schopnostem) zdokonalili. Máme radost, že hlavně „nováčci“ přiřadili lyžování ke svým oblíbeným sportům a zúročili tak i naši práci.

Kromě praktického výcviku byly součástí LVK teoretické přednášky na tradiční témata: „Bezpečnost na horách, pravidla chování na sjezdovce“, „Lyžařská výstroj a výzbroj“, „Historie lyžování“, „První pomoc na horách“, „Technika lyžování“ a „Pravidla závodů“.

Na pokojích se žáci učili toleranci ke spolubydlícím, spolupráci a někteří si poprvé v životě sami ustlali postel. Bodování úklidu se stalo oblíbenou součástí večera ☺.

V rámci povinného odpočinkového dne jsme si užili i každoroční výlet do Harrachova. Absolvovali jsme exkurzi do „Skláren a pivovaru Novosad“, obdivovali výrobky v „Muzeu skla“ a příjemnou procházkou došli k dnes už historickým skokanským můstkům.

Závěrečných závodů ve slalomu na profesionálně postavené a elektronicky měřené trati se za slunečného počasí zúčastnili úplně všichni. Na výborně upraveném sněhu každý zvládl projet dvě kola a zasloužil si pochvalu za svůj výkon. Závod byl bez jediného pádu ☺! **Tři nejlepší v každé kategorii získali při vyhlášení výsledků medaili, diplom a gratulaci:**

VÝSLEDKY ZÁVODŮ VE SLALOMU				
Kategorie	Počet žáků	1. místo	2. místo	3. místo
dívky	10	Stanislava Sitterová	Nikola Hanetšlegerová	Ivana Jirkovská
chlapci začátečníci	11	Ondřej Sojka	Jakub Sojka	Václav Říha
chlapci pokročilí	14	Matyáš Nedoma	Ondřej Štolba	Patrik Buchal

Při závěrečném hodnocení kurzu jsme my - instruktoři konstatovali maximální spokojenost se sportovní snahou a výsledky žáků, potěšila nás absence nemocí a úrazů, ale nešetřili jsme ani kritikou na chování jednotlivců. Došlo i na vyhodnocení bodování úklidu pokojů a předání odměn nejlepším. Po promítnutí videozáznamu ze závodů byly památeční diplom a malá sladkost pro všechny tečkou na závěr.

Celkový kladný dojem z kurzu podpořila i trvale vynikající kuchyně majitele a šéfkuchaře Míry Zemánka a příjemné domácí prostředí Hotelu Krakonoš majitele Jaroslava Breuera, tímto jim za jejich služby děkuji.

Ale hlavně děkuji všem svým spolupracovníkům za skvěle zrealizovaný kurz a už teď se těším na „Lyžák 2020“!