

LVVK sa konal v dňoch 8.2. – 12.2. 2023 v Oravskej Polhore, chata Slaná voda

Kurzu sa zúčastnilo celkom 40 žiakov ZŠ Rohožník, 4 inštruktori a vedúci kurzu. Cesta tam a späť prebehla bez problémov, s dvomi prestávkami 20 min. na WC a oddych. Boli sme v stredisku štvrtýkrát. Ubytovanie v chate bolo primerané v 6, 5, 4, 3 a 2 lôžkových izbách, dostatočne priestraných so sociálnym zariadením na izbách. Stravovanie bolo výborné – jedlá chutné a v dostatočnom množstve – niekedy až priveľa naraz. Dodržaný bol i pitný režim. Výcvik prebiehal podľa plánu. Mali sme k dispozícii inštruktorov, ktorí zabezpečovali spolu s nami výcvik. Využívali sme všetky možnosti strediska Oravská Polhora.

Svah bol výborný aj pre začiatočníkov aj pre mierne pokročilých. Žiaci boli rozdelení do piatich družstiev podľa lyžiarskych schopností, kde sa postupne zdokonaľovali v technike slalomového lyžovania. Úplný začiatočníci postupne prechádzali lyžiarskou abecedou a bolo vidieť ako sa z hodiny na hodinu istejšie pohybujú na lyžiach. Najväčšie pokroky robili začiatočníci, ktorí sa postupne naučili nastupovať a vystupovať na vleč a zísť bezpečne po etapách celý svah. Počas ďalších výcvikových dní sa takmer všetci začiatočníci naučili bezpečne zjazdiť oblúkmi v obojstrannom prívrate celý svah a tiež nastupovať na vleč. V rámci oddychového dňa sme po trojhodinovom výcviku a obede urobili vychádzku do okolia chaty. Zážitkom pre účastníkov LVVK boli i preteky psích záprahov, ktorých štart a cieľ bol pod chatou Slaná voda. Absolvovali sme aj prednášku s ukážkami postroja a saní, ktorú nám urobil hlavný organizátor podujatia. Pri vyhodnotení kurzu sa mali všetci žiaci vyjadriť na priebeh kurzu a hodnotiť mali tri veci – ubytovanie, stravu a svah. Malé výhrady boli k posteliám, stravu a svah všetci hodnotili kladne a boli spokojní s tým, ako lyžiarsky kurz prebiehal. Niekoľko vyjadrení žiakov: Samuel Žír – „Za seba hodnotím lyžiarák veľmi pozitívne. Lokalita, v ktorej sme boli bola nádherná a ubytovanie bolo celkom dobré, aj keď posteľe neboli najpohodlnejšie. Strava bola oproti školskej úplne iný level, nikdy mi tam nič nechýbalo a keď nám niektorým bolo náhodou málo, tak nebol vôbec problém si vypýtať druhú dávku. Svah bol pre náš lyžiarák ako stvorený. Nebol krátky, ale ani príliš dlhý a po skončení jazdy bol okamžite dostupný vleč. Pedagogický dozor p. zástupca Nôta, p. uč. Venclová a p. uč. Nemcová, ktorí tam boli s nami, bol úplne super. Na začiatku nám boli jasne stanovené pravidlá, ktoré sme dodržiavali (čo sme aj dodržiavali), tak neboli žiadne zbytočné problémy. Takže lyžiarák hodnotím 10/10.“

Soňa Piešťanská – „Mne sa lyžiarsky výcvik veľmi páčil. Lyžovalo sa mi dobre. Svah bol podľa mňa dobrý aj pre začiatočníkov aj pre mierne pokročilých. Jedlo bolo fajn a bolo ho dosť. Bola som v družstve, kde bola inštruktorkou p. uč. Nemcová a mala k nám prístup veľmi dobrý a bola s nami trpezlivá. Ja som sa osobne naučila brzdiť a lyžovať hlavne kvôli nej, pomohla mi prekonať strach. Celý lyžiarsky hodnotím pozitívne.“ Samuel Srnka – „Lyžiarsky sa mi páčil, naučil som sa lyžovať. Mali sme tam super jedlo, mohli sme chodiť na duple. Ubytovňa nebola až tak zlá ako som čakal, síce vŕzgali posteľe, ale v spoločenskej miestnosti sme mohli hrať ping pong. Lyžovanie bolo super, rýchlo sme sa naučili lyžovať a začali chodiť na kopce. Mali sme super inštruktora. Stredisko bolo prázdne a to sa mi tiež páčilo.“ Katarína Kassayová – „Mne osobne sa veľmi páčilo. Boli sme úžasná partia a myslím, že to bolo vidieť. Strava a ubytovanie som čakala, že bude horšie, ale ubytovanie bolo veľmi dobré, s Maťou sme mali veľmi dobrú posteľ a ako jediní sme sa na ne neťažovali. Strava bola celkom dobrá. Aj keď

áno, som vyberavá a nie vždy som zjedla, ale snažila som sa vždy aspoň ochutnať. Lyžovanie bolo výborné. Za mňa to bol úžasný týždeň a som veľmi rada, že som sa zúčastnila.“

Mgr. Juraj Nôta- vedúci kurzu