Informace pro žáky a rodiče: Povinné vybavení do tělesné výchovy

Vážení,

pro bezpečný a plnohodnotný průběh výuky tělesné výchovy je nutné mít na každou hodinu připraveno následující sportovní vybavení:

- **Vhodná sportovní obuv:**
    - **Do tělocvičny:** čistá sálová obuv s nebarvící podrážkou, idálně světlá
    - **Na venkovní/umělý povrch:** pevná sportovní/běžecká obuv s dobrou stabilitou.
- **Sportovní oblečení:**
    - Sportovní tričko (prodyšné, umožňující volný pohyb).
    - Tepláky, legíny nebo sportovní kraťasy.
    - Mikina pro případ chladnějšího počasí při cvičení venku.
- **Další doporučení:**
    - Z bezpečnostních důvodů je nutné před hodinou odložit veškeré šperky, hodinky a dlouhé vlasy sepnout gumičkou.
    - Doporučujeme láhev s pitím.

Cvičení v běžném oděvu či nevhodné obuvi (např. plátěnky, pantofle) není z bezpečnostních a hygienických důvodů povoleno.

Děkuji za spolupráci