



Český horolezecký svaz

PROPOZICE KE KURZU ČHS 2019

| | |
|------------------------------|--|
| Název KURZU | ZÁKLADY LEZENÍ A JIŠTĚNÍ NA SKALÁCH |
| Místo konání kurzu | Rabštejn, Severní Morava |
| Datum konání kurzu/doškolení | 24.-26.května 2019 |
| Cena kurzu | 1.500,- Kč |
| Lektor | Jiří Vogel, jiri.vogel@horosvaz.cz , 603243274 |

Kurz je zaměřen na získání základních znalostí pro lezení a jištění na skalách.

Zúčastnit se mohou jak začátečníci, tak i ti, kdo již s lezením mají nějaké zkušenosti, ale chtějí si své poznatky rozšířit.

Účast na kurzu je podmíněna členstvím v ČHS.

Akci organizuje Metodická komise Českého horolezeckého svazu, výcvik povedou instruktoři a lektoři ČHS.

Cena za kurz pro nováčky je 1500,- Kč. V ceně není zahrnuta strava a ubytování. **Zahájení je v pátek 24.5.2019 v 18 hodin u restaurace na Rabštějně.**

Ubytování ve stanech nebo si můžete zamluvit na chatě.

PROGRAM:

Pátek:

- zahájení
- úvodní lekce – základní uzly, sedací úvaz a navázání

Sobota:

- opakování z předchozího dne
- technika pohybu na skále
- práce s lanem, jištění ve fixních bodech
- lezení
- přestávka na oběd
- jištění s pomůckami typu kyblík (ATC, Guide, Reverso)
- lezení

Neděle:

- opakování z předchozího dne
- lezení
- slanění
- přestávka na oběd
- opakování
- závěr

Nádražní 29/21, 150 00 Praha 5

IČ: 00460001

Tel.: +420 273 136 385, e-mail: info@horosvaz.cz

www.horosvaz.cz



Český horolezecký svaz

S sebou:

Helma, sedák, jistítko, karabina s pojistkou zámku.
Seznam vybavení bude ještě upřesněn.

Kapacita kurzu je omezena na 5-10 osob. V návaznosti na počet účastníků bude doplněn počet lektorů a instruktorů.

Přihlášení a případné dotazy adresujte na kristyna.smidova@horosvaz.cz:

- do předmětu zprávy uveďte kurz pro nováčky Rabštejn
- do zprávy napište jméno a příjmení, rok narození (kvůli ověření členství)

Po potvrzení o přijetí na kurz Vám budou zaslány platební údaje.