



METODICKÝ DEN ČHS

sobota 8. října 2011

Českomoravská vrchovina, Milovy, Drátník

otevřená akce pro všechny zájemce o horolezectví

Program

Zahájení – penzion Poslední míle, Milovy 20, sraz v 8 hod., začátek programu v 9 hod. i

Odborný program - přednášky s praktickými ukázkami a možností nácviku - skalní útvar Drátník (v případě velmi špatného počasí bude program částečně přesunut do sálu penzionu Poslední míle)

- **Nehoda při lezení, první pomoc v terénu** – postup při nehodě, prvotní vyšetření, resuscitace, celkové vyšetření, ošetření vybraných úrazů, improvizovaný transport, hlášení nehody a volání záchranné služby.
- **Jak bezpečně slaňovat** - ukázka bezpečného slaňování a vysvětlení základního postupu při slaňování.
- **Jistící pomůcky a jištění** - ukázka správného jištění s různými druhy jistících pomůcek.
- **Štandy** - ukázka příkladu jistícího stanoviště a vysvětlení správného postupu jištění a práce s lanem.

Odborný program povedou lektoři ČHS.

Večerní program – penzion Poslední míle

- představení ČHS
- povídání o horolezectví a o expedicích s předsedou ČHS Zdeňkem Hrubým, promítání
- živá muzika

Účast na Metodickém dni je zdarma a je otevřena všem zájemcům o lezení. Počet účastníků je však omezen a proto **prosíme, abyste se na akci předem přihlásili na e-mail info@horosvaz.cz.** Do předmětu zprávy napište Metodický den ČHS a do zprávy napište počet osob, které přihlašujete (samostatně děti do 18 let) a zda jste či nejste členy ČHS.

Ubytování a stravování nezajišťujeme, doporučíme vám ale ubytování a restaurace, které můžete využít.