

FREERIDE A LAVINY

Volitelný doškolovací kurz pro instruktory RCI a HAL



- Termín: 3.- 6.4.2013
- Zahájení: středa 17h , Langenfeld, sraz v kavárně Brothers Coffee Bar, Oberlangenfeld 75, kousek od Sparu, konec sobota v cca 15h
- Místo konání: Sölden – lyžařský areál, www.soelden.com
- Ubytování a strava: Langenfeld – apartmány s kuchyní, vlastní vaření
- Kursovné: odhadované náklady na celý kurz
ubytování 3 x cca 25-30 € bude upřesněno, vleký tři dny 129.50 €
- Doprava: vlastní
- Cesta: z Prahy a západních, severních Čech: Rozvadov-Mnichov-Insbruck-Otztal
(možnost bez dálniční známky: Mnichov-Ga-Pa-Fernpas-Imst-Otztal)
Jižní Čechy, Vysočina: přes Linz-Salzburg-Insbruck-Otztal
Morava: Wien-Salzburg-Insbruck-Otztal
- Přihlášky zasílejte v elektronické podobě na: instruktori@horosvaz.cz
V kopii prosím na: kriz@karelkriz.cz

!!! UZÁVĚRKA PŘIHLÁŠEK 4.1.2012 – KVŮLI OBJEDNÁVCE BYDLENÍ !!!!

Výstroj a výzbroj:

povinná	volitelná
Lýže nejlépe freeridové nebo skitouringové Lyžařské nebo skialpové boty Batoh 15-30l (freeridový nebo skialpový) Přilba lyžařská, lyžařské brýle Lavinový vyhledávač, sonda lopata !!!! 3x zámková karabina, prusik. smyčka Ø 6mm – 2x1,5m, 1x3m, 1x5m, 2x plochá smyčka 120 cm, vaše jistítko sedák, 1/2 lano do dvojice 30-50m (na ledovec) lékárnička, poznámkový blok, tužka mapa AV30/5	kladky, jümary, tiblocy a podobná udělátka na záchranu z trhliny sklonoměr, lupa na sních, karty stop or go apod. gps

program

- Teorie a praxe lavinové záchranu, prevence, rozhodovací strategie
- Technika lyžování ve volném terénu – hluboký sníh, rozbitý terén, prudký sklon
- Zásady bezpečného freeridu – chování skupiny ve volném terénu
- Záchrana z trhliny, sjíždění v lanovém družstvu

Program se bude konat ve volných terénech lyžařského střediska Sölden tzn. z dosahu vleků bez nutnosti stoupání na pásech.

POZOR!!! Nutná relativně slušná lyžařská úroveň tzn. schopnost sjíždět černé upravené sjezdovky. I když je součástí kurzu výuka techniky jízdy ve volném terénu a zlepšování lyžařské techniky obecně, kurz není vhodný pro velmi slabé lyžaře. Skupina se bude přizpůsobovat nejslabšímu.

Garant kurzu: Karel Kříž

Gsm: 603 530 547, DOTAZY POSÍLEJTE NA email: kriz@karelkriz.cz