Adidas metodický den Českého horolezeckého svazu

ZÁKLADY LEZENÍ A JIŠTĚNÍ NA SKALÁCH

14. září 2014 – Kružberk, Severní Morava

Akce se koná ve spolupráci se značkou adidas, hlavním partnerem ČHS

Akce je zaměřena na bezpečnost lezení, tj. na získání základních poznatků o lezení a jištění na skalách. Zúčastnit se mohou jak začátečníci, tak ti, kdo již s lezením mají nějaké zkušenosti, ale chtějí si své poznatky a vědomosti rozšířit.

Účast na metodickém dni není podmíněna členstvím v ČHS, přijít mohou všichni, kdo mají o poznatky z oblasti bezpečného lezení zájem. Účast je zdarma.

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

Na programu budou přednášky k jednotlivým tématům doplněné praktickými ukázkami. Zároveň budou uvedeny i časté chyby, ke kterým dochází.

Pokud si budete chtít své poznatky vyzkoušet, nezapomeňte si přinést základní lezecké vybavení – sedací úvazek, jistící pomůcku, HMS karabinu, případně lezečky.

Kružberské skály se nachází na levém břehu řeky Moravice, přímo pod vodní nádrží Kružberk.

Parkování: Dříve se dalo dojet autem přímo pod skály (směrem od Vítkova za hrází doleva), ale **dnes je vjezd pod kružberskou přehradu placený**. Povolení si lze koupit na místním OÚ a v restauraci Sklípek ve Staré škole. Parkovat lze stejně dobře **u hospody Velké Sedlo**, která je kousek od skal přes řeku (směrem do Vítkova před hrází do leva). Potom cca 5 min přes most a doleva směrem ke hrázi lze dojít ke skalám.

Informace o lezení:

Sraz účastníků je v 10:00 hod. pod hlavním masivem Kružberských skal.

- Od **10:00 – 16:00 hod**. budou probíhat přednášky a praktické ukázky lezení a jištění. Ukázky budou zaměřeny především na základy bezpečného pohybu na skalách, na používání jistících pomůcek, jištění a slaňování.
- Následný program bude probíhat podle zájmu účastníků.

Kapacita metodického dne není omezena. Přesto však prosíme zájemce, aby nás o svém záměru zúčastnit se metodického dne informovali, abychom věděli, s jak velkým počtem osob máme počítat. Stačí, když nám napíšete zprávu na info@horosvaz.cz:

- Do předmětu zprávy uveďte: Metodický den Kružberk
- Do zprávy napište jména přihlašovaných osob a uveďte, zda se jedná o členy ČHS.

Případné dotazy adresujte na sekretariát ČHS: info@horosvaz.cz