

## PROPOZICE k Metodické akci ČHS 2019

<b>Název kurzu</b>	Metodický seminář - vícedélkové lezení s ČHS – základní pohyb v horském terénu, jistící stanoviště, jištění na hřebenu a bezpečný sestup
<b>Ověření znalostí</b>	<b>Ověření znalostí a schopností pro konání kurzu - dne 25.5.2019 na Metodickém dni na Rabštejně.</b>
<b>Místo konání kurzu</b>	<b>Slovensko, Vysoké Tatry, Popradské pleso a přilehlé doliny</b>
<b>Datum konání kurzu</b>	25-28. 7. 2019 – sraz na chatě Popradské pleso do 10 hodin, dochvilnost nezbytně nutná
<b>Cena kurzu</b>	Cena za kurz 4000,- Kč, platbu provést bankovním převodem na účet 1727209504/0600 Moneta Money Bank, variabilní symbol 3334, do zprávy uvést Vícedélky Tatry
<b>Lektor</b>	Jiří Vogel + 1

### Program :

- 1. den**                   Ověření znalostí a dovedností jednotlivých uchazečů  
Rozdělení do skupin  
Orientace v terénu  
Plánování túry na další dny
- 2. den**                   První praktický den – pohyb v terénu cca od 8 do 18 hodin na předem naplánované túře
- 3. den**                   Druhý praktický den – pohyb v terénu cca od 8 do 18 hodin na předem naplánované túře
- 4. den**                   Třetí praktický den – pohyb v terénu cca od 8 do 15 hodin na předem naplánované túře  
Kolem 15 hodiny shrnutí a rozloučení

### Další důležité informace :

- Metodický seminář je pouze pro členy ČHS, počet účastníků 4-6
- Cena za kurz je 4.000,- (cena nezahrnuje dopravu, ubytování, polopenzi), poplatek se hradí až po potvrzení o přijetí na kurz



Český horolezecký svaz

### **Výzbroj a výstroj :**

- Prsní a sedací úvaz + plochá smyčka na svázání o nosnosti 15 KN a délky minimálně 150 cm
- Do dvojice dvě poloviční lana nebo dvojčata o délce 50 metrů, případně delší
- Karabiny s pojistkou zámku – cca 4 ks
- Jistítko
- Materiál na postupové jištění (expresky, smyčky, vklíněnce, friendy a podobně)
- Batoh
- Dobré oblečení
- Pevná obuv, lezečky na lezení

### **Pojištění :**

Je nutné mít uzavřenou pojistnou smlouvu na záchranu v horách

### **Ubytování a strava :**

Ubytování na chatě bude zamluveno, doporučujeme zaplatit si polopenzi (záleží na každém uchazeči).  
Cena ubytování v turistických pokojích – cena 20,- EURO za den

### **Platba ubytování :**

Uchazeč hradí na místě přímo na chatě

### **Stravování :**

Cena polopenze 15,- EURO za den

Na túru doporučujeme se vybavit lehkou svačinou (oplatek, kousek sýru, trvanlivý salám). Budeme celý den na túře od cca 8 do 18 hodin.

### **Jiné : (doprava, kontakt na ubytování atd.)**

Informace k ubytování [www.popradskepleso.com](http://www.popradskepleso.com)

### **Přihlášení :**

Prosíme, aby se zájemci registrovali na ČHS e-mailem na [kristyna.smidova@horosvaz.cz](mailto:kristyna.smidova@horosvaz.cz)

Do předmětu uveďte Metodická akce Vícedélky Tatry