

METODICKÝ DEN ČHS 2019

Název semináře	ZÁKLADY LEZENÍ A JIŠTĚNÍ NA SKALÁCH
Místo konání	Drátník / Dráteničky, Vysočina
Datum konání semináře	25. května 2019
Cena	Zdarma
Lektor	Tomáš Matějka, matejka.tom@centrum.cz

Metodický den je zaměřen 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 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, výcvik povedou instruktoři a lektoři ČHS.

PROGRAM:

- Zahájení – v **10 hodin na louce viz mapa**
- Od 10 do 15 hodin – přednášky a praktické ukázky lezení a jištění (ukázky budou zaměřeny zejména na základy bezpečného pohybu na skalách, jištění, používání jisticích pomůcek a slaňování)
- Po 15 hodině program podle zájmu účastníků

Pokud si budete chtít na okolních skalách nové poznatky vyzkoušet, nezapomeňte si přinést základní lezecké vybavení (sedací úvaz, jistítka, HMS karabinu, helmu, případně lezačky). Některé věci je možné po domluvě zapůjčit, info na mailu matejka.tom@centrum.cz

Lezecká oblast Drátník, Žďárské vrchy <https://www.horosvaz.cz/skaly-sektor-58/>

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

- do předmětu zprávy uveďte Metodický den Drátník
 - do zprávy napište jména přihlašovaných osob a uveďte, zda se jedná či nejedná o členy ČHS.
- Případné dotazy adresujte na sekretariát ČHS – kristyna.smidova@horosvaz.cz

Sraz účastníků v 10 hodin na louce viz mapa

