



Navázání na sedací úvazek



V tomto doporučeném lezeckém výcviku se zaměříme na navazování na sedací úvazek.

Požadavky, na již získané dovednosti

- Používání sedacího úvazku
- Osmičkový uzel

Potřebné vybavení pro výcvik

- Lano
- Sedací úvazek

Znalosti získané výcvikem

- Správné navázání na sedací úvazek
- Správné navázání osmičkového uzlu

Tech-tipy



- Zkontrolovat správné a bezpečné oblečení sedacího úvazku
- Zkontrolovat správné uvázání osmičkového uzlu

Správné provedení



Doporučení a rady, jak trénovat

- Dvojice, lezec a jistič se navážou každý na jednom konci lana a provedou partnerskou kontrolu. Při dodržení tohoto postupu a kázně cvičících je možné, aby instruktor vyučoval bezpečně více jak 4 dvojice cvičících.

Ověření znalostí a dovedností uchazeče

- Uchazeč prokáže správné předvedení navázání na sedací úvazek
- Uchazeč správně předvede a vysvětlí:
 - protažení lana sedacím úvazkem
 - navázání osmičkovým uzlem

Upozornění



Vždy při výcviku prostudujte manuály výrobce používaného materiálu. Tento materiál je pouze doporučením metodické komise ČHS a nenahrazuje doporučení výrobce lezeckého materiálu. Při zásadních rozdílech s tímto doporučením a manuálem výrobce je manuál výrobce důležitou částí výuky.

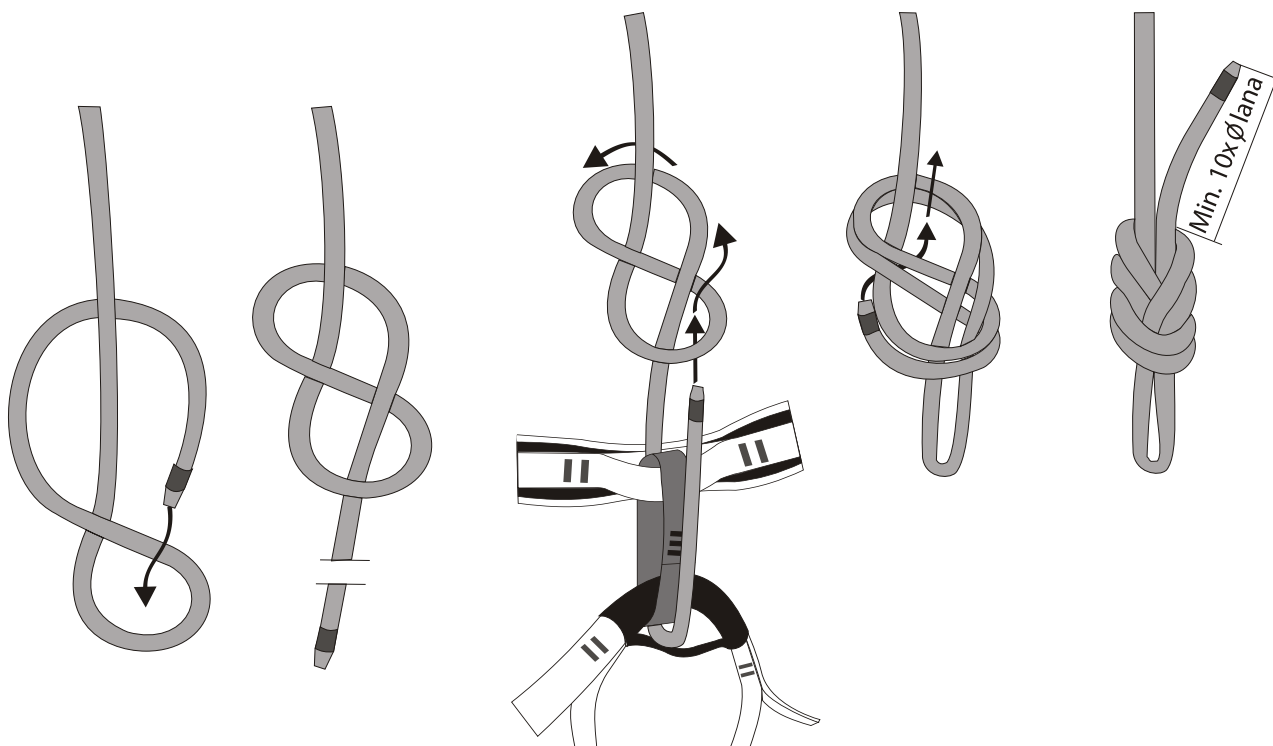


Navázání na sedací úvazek



V tomto doporučeném lezeckém výcviku se zaměříme na navazování na sedací úvazek.

Doporučený postup provedení



Navázání na sedací úvazek

Doporučení a rady, jak trénovat

- Dvojice, lezec a jistič se navážou každý na jednom konci lana a provedou partnerskou kontrolu. Při dodržení tohoto postupu a kázně cvičících je možné, aby instruktor vyučoval bezpečně více jak 4 dvojice cvičících.

Ověření znalostí a dovedností uchazeče

- Uchazeč prokáže správné předvedení navázání na sedací úvazek
- Uchazeč správně předvede a vysvětlí:
 - protažení lana sedacím úvazkem
 - navázání osmičkovým uzlem