

## PROPOZICE k semináři skialpinismus a laviny pro členy ČHS

<b>Název kurzu</b>	Metodický seminář – skialpinismus a lavinová problematika
<b>Místo konání kurzu</b>	Rakousko, Uttendorf, BERGHOTEL RUDOLFSHÜTTE
<b>Datum konání kurzu</b>	13 – 17. 1. 2021 – sraz na parkovišti Weißsee (Enzingerboden), <b>nejpozději ve 12 hodin</b> , dochvilnost nezbytně nutná
<b>Cena kurzu</b>	Cena za kurz 8.500,- Kč obsahuje ubytování, polopenzi středa až neděle.
<b>Vedoucí lektor</b>	Jiří Vogel

### Program:

#### Vlastní kurz:

- 1. Den** Krátká túra na seznámení s terénem, rozdělení do skupin  
Plánování túry, seznámení s počasím, lavinová problematika, vyhledávače
- 2. Den** Skialpová túra s praxí v terénu, lavinová problematika, práce s vyhledávačem, hodnocení sněhu, výstup na lyžích a sjezd. Večerní vyhodnocení dne a plánování na další den.
- 3. Den** Skialpová túra s praxí v terénu, lavinová problematika, práce s vyhledávačem, hodnocení sněhu, výstup na lyžích a sjezd. Večerní vyhodnocení dne a plánování na další den.
- 4. Den** Skialpová túra s praxí v terénu, lavinová problematika, práce s vyhledávačem, hodnocení sněhu, výstup na lyžích a sjezd. Večerní vyhodnocení dne a plánování na další den.
- 5. Den** Krátká skialpová túra s praxí v terénu, ukončení kurzu cca kolem 12 hodiny

## **Další důležité informace:**

### **Požadavky na znalosti a dovednosti uchazečů o kurz:**

- Slušná lyžařská úroveň, bezpečné sjíždění červené sjezdovky. Kurz není určen pro slabé lyžaře nebo nelyžaře. Skupina se přizpůsobí nejslabšímu.
- Prostudovat návody na lavinové vyhledávače a všechny materiál, platí zejména u zapůjčeného. Jak zapnout, vypnout, atd.
- Fyzická kondice pro túry od 500 až 1000 metrů převýšení za den.
- Pouze pro členy ČHS

### **Výzbroj a výstroj:**

- sedací úvaz, smyčky – cca 2 ks, průsík
- Helma
- Do dvojice poloviční lano o délce cca 50 metrů,
- Jistítko kyblíkovitého typu
- Karabiny s pojistkou zámku – cca 3 ks
- Cepín, mačky
- Batoh cca 40 litrů na túru, případně Airbag batoh
- Mapa, sklonoměr, karta STOP or GO, GPS a podobně
- Bivakovací pytel (Žďárák), čelovka, baterie a další odpovídající výstroj pro pohyb v zimním terénu
- Skialpinistické boty, lyže, pásy, vázání, mačky na lyže, hůlky
- Náradí na vázání, řemínek atd.
- Lavinový vyhledávač, náhradní baterie, sonda, lopata
- Dobré zimní oblečení
- Poznámkový blok, tužka na psaní
- Lékárnička
- Krém na opalování, tyčinka na rty, sluneční brýle, lyžařské brýle

### **Pojištění:**

Je nutné mít uzavřenou pojistnou smlouvu na záchranu v horách

### **Ubytování a strava:**

Ubytování na chatě je zmluveno, polopenze je také zahrnuta v ceně

S sebou termoska, nějaké drobnosti na občerstvení na túru dle vlastní potřeby.

Na túru doporučujeme se vybavit lehkou svačinou (oplatek, kousek sýru, trvanlivý salám).

Budeme celý den na túře od cca 8 do 17 hodin.

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

Informace k ubytování [www.rudolfshuette.at](http://www.rudolfshuette.at), spíme na Erich Steinböck Hütte.



Český horolezecký svaz

**Přihlášení a platební údaje :**

Prosíme, aby se zájemci registrovali na ČHS e-mailem na [kristyna.smidova@horosvaz.cz](mailto:kristyna.smidova@horosvaz.cz) , do předmětu uveďte Metodická akce Skialpinismus a lavinová problematika.

**Přihlásit se lze do konce prosince !!**

**platbu je nutné provést do 5 dní po potvrzení o přijetí na seminář** bankovním převodem na účet 1727209504/0600 Moneta Money Bank, variabilní symbol 1301, do zprávy uvést jméno, příjmení a datum narození.