



Prezentace 2022



Něco o lezení

Lezení je moderní a zábavný sport vhodný pro děti i pro dospělé. Zároveň prospívá našemu zdraví, protože člověk při něm zapojuje všechny čtyři končetiny a tím rovnoměrně posiluje celé tělo. Lezení není jen o zapojení těla, ale i hlavy, o kreativním myšlení, překonávání sebe sama a přijímání nových výzev.

Dělení lezení

Lezení obecně dělíme na

- horolezectví
- skální lezení
- soutěžní lezení
- outdoor lezení
- indoor lezení

Soutěžní lezení se dělí na tyto tři disciplíny

Bouldering

- lezení bez lana v malé výšce, odskoky tlumí měkké dopadiště
- překonávání kratších, ale o to silově i technicky náročnějších cest (boulderů)

Lezení na obtížnost (lezení s lanem)

- lezení delších cest, které jsou kromě síly a techniky více náročné na vytrvalost
- je potřebná znalost metodiky jištění

Lezení na rychlost

- lezení standardizované cesty, která je vždy jedna a ta samá a to celosvětově
- připomíná spíše atletickou disciplínu, kdy lezci po stěně nahoru doslova běží





Kdo jsme

Jsme součástí

Český horolezecký svaz (ČHS) je členem Mezinárodní horolezecké federace (UIAA) sdružující 89 horolezeckých svazů a asociací v 66 zemích světa, dále Mezinárodní federace sportovního lezení (IFSC) pořádající mezinárodní závody ve sportovním lezení pro dospělé, juniory a mládež. V neposlední řadě je ČHS členem Asociace evropských horolezců (EUMA) a Mezinárodní skialpinistické federace (ISMF) sdružující mezinárodní skialpinistické svazy.



V rámci České republiky jsme součástí České olympijského výboru (ČOV), Národní sportovní agentury (NSA), České sportovní unie (ČUS) a České asociace univerzitního sportu (ČAUS).



Jsme komunitou lezců a sportovních nadšenců s celorepublikovou působností, bohatou a dlouhou historií, kterou baví tvořit nové věci, posouvat hranice možného a hledat synergie mezi tradicí a inovací, čehož je důkazem prolnutí tradičního skalního lezení a horolezení s moderním pojetím v podobě sportovního lezení.

Snažíme se v Česku lezecký sport a lezení obecně posunovat vpřed, rozšiřovat a profesionalizovat vzdělávání, tréninkové platformy i členské základny a ukázat zejména dětem, že lezení je skvělý hravý sport i volnočasová aktivita. Naším cílem je dosáhnout obecné pohybové průpravy co největšího počtu dětí i dospělé populace a generovat a podporovat nejen špičkové sportovce a osobnosti, ale i silnou lezeckou komunitu.



Pořádali jsme



1990

první MČR v
lezení na obtížnost

1999

první MČR v
lezení na rychlost

2002

první MČR v
boulderingu

2014

první ročník Školního
Boulder Poháru (ŠBP)

2017

Mistrovství Evropy
mládeže a juniorů
v boulderingu

2021

první MČR mládeže
v lezení na obtížnost

Přes 100 závodů
ČP v lezení
na obtížnost

Přes 60 závodů
ČP v boulderingu

Přes 60 závodů
ČP v lezení
na rychlost





Závody v boulderingu

Nejpopulárnější série našich
lezeckých závodů

Bouldering je bezpečná,
moderní, kreativní,
komplexní a stále
oblíbenější a rozšířenější
lezecká disciplína pro
všechny, děti i dospělé,
nadšence i sportovce.

Lezec několik metrů nad
zemí pomocí boulderů v
určeném časovém limitu
zdolává top a následně
dopadá do měkkého
dopadiště.

I. liga

Mistrovství ČR

Český pohár

II. liga

III. liga





**Královská disciplína
sportovního lezení**

Lezení na obtížnost

Lezci jištění lanem se snaží vylézt cestu na hranici svých možností a dosáhnout Topu. Obtížnost výstupů se hodnotí dle stupnice obtížnosti. Podstatou lezení na obtížnost je překonávání sebe sama a definování nových hranic obtížnosti.

I. liga

Mistrovství ČR

Český pohár

II. liga

III. liga





Vertikální sprint. I tak by se dala pojmenovat tato lezecká disciplína, která je mixem atletiky a lezení. Lezci paralelně zdolávají standartizovanou lezeckou cestu za účelem dosažení Topu.

Lezení na rychlost

I. liga

Mistrovství ČR

Český pohár

II. liga

III. liga





hezké ceny pro vítěze (např.
soustředění s Adamem Ondrou
pro celkové vítěze jednotlivých
kategorií v roce 2017 a 2019)

každoroční seriál
dětských závodů pro děti
kategorií U10 až U14

pravidelná účast
velkého počtu dětí
v každém kole



BOULDER
dětí

*V rámci celoročního seriálu
pořádáme závody v boulderingu
a lezení na obtížnost pro mládež
a děti všech věkových kategorií.*



Reprezentace České republiky

Účastníme se

Olympijské hry

Mistrovství světa

Mistrovství Evropy

Světový pohár

Evropský pohár

Pořádáme

Mezinárodní závod

Mistrovství ČR

Český pohár



Kategorie

dospělí

mládež B/A/J

muži

ženy

Disciplíny

obtížnost

bouldering

rychlost





PARIS 2024



Sportovní lezení se
v roce 2020 na LOH v
Tokiu stává historicky
vůbec poprvé součástí
Olympijských her.

LOH 2024 v Paříži
znamenají pro české
sportovní lezení a celý
český lezecký svět další
mílník pro rozvoj tohoto
úžasného sportu.





Horolezectví

Jedinečné spojení s přírodou. Životní styl, adrenalin i relaxace. Souznění duše a těla se silami živlů je pokaždé neopakovatelným a hlubokým prožitkem, který v sobě snoubí touhy, výzvy, sebenaplnění a pocity skutečné svobody. To je skalní lezení a horolezení.

A full-page photograph of Adam Ondra, a world-famous rock climber, scaling a steep, textured rock face. He is shirtless, wearing dark shorts and climbing shoes, with a red helmet hanging from his waist. He is looking upwards with a focused expression. The rock surface is rugged and greyish-brown. A climbing rope and gear are visible at the top right.

ADAM ONDRA je pokladem českého skautního i sportovního lezení a českého sportu vůbec. Jeho příběh rezonuje daleko za hranicemi České republiky, kde získal nejen vavříny, ale i uznání a respekt.

AOV

ADAMONDRA

Skrze přátelský charakter, hodnotový žebříček, velké srdce a nezlomného férového sportovního ducha **ADAM ONDRA** ostatním lidem ukazuje cestu nejen tu lezeckou, sportovní, ale i lidskou. **ADAM ONDRA** je jednoduše důkazem toho, že i sny se stávají skutečností, pokud jim člověk věří a přijímá-li výzvy, které svou plíí a vůlí obrací v radost.

ADAM ONDRA je skutečným králem a hybatelem současného lezeckého sportu, který svými výkony a přístupem inspiruje sportovce i fanoušky po celém světě.

Český horolezecký svaz **ADAMA ONDRU** aktivně podporuje ve všech jeho aktivitách tak, aby měl co nejlepší podmínky a zázemí k tomu pokořovat hranice nemožného, a my všichni u toho mohli být společně s ním.







MEZINÁRODNÍ HOROLEZECKÝ FILMOVÝ FESTIVAL

Teplice
nad Metují

ve spolupráci s:



Legendární festival, který probíhá každoročně koncem srpna v Teplicích nad Metují a jehož jsme nedílnou součástí.

Festival odehrávající se v malebných kulisách na úbočí Adršpašsko-teplických skal je pověstný svou fantastickou přátelskou atmosférou a každoročně přiláká tisíce lidí ze všech koutů světa.

Na festivalu probíhá bohatý doprovodný program, především je ale důležitým bodem, kde se mohou nejen všichni nadšenci lezení setkat a sdílet své prožitky.

V rámci MHFF každoročně pořádáme celovíkendové BoulderZávody pro dospělé i děti, a již nyní společně s MHFF pracujeme na dalších skvělých společných projektech.



ŠKOLNÍ BOULDER

POHÁR



Velký sportovní projekt pro školy. Závod s letitou tradicí určený žákům druhého stupně základních škol a víceletých gymnázií.

Rok od roku navyšujeme počet účastníků se děti i zapojených krajů ČR. V roce 2019 se závodů zúčastnily děti z celkem 7 krajů ČR. V roce 2022 chystáme do závodu zapojit všech 14 krajů ČR.

- 14 krajů
- 560 škol
- 12.000 aktivních dětí
- 240.000 oslovených dětí





Projekt mobilních lezeckých stěn

Lezení do škol

Cílem tohoto projektu je dostat lezecký sport do povědomí dětí a umožnit jim poznat ho na vlastní kůži. Chceme děti rozhybat a ukázat jim novou zábavnou alternativu trávení volného času.

V rámci projektu umísťujeme do základních škol na dobu cca 2 týdnů samonosné mobilní stěny, které poté škola využívá v hodinách tělesné výchovy.

Samozřejmostí je zaškolení pedagogů z hlediska bezpečnosti a metodiky vedení hodin tělesné výchovy na stěně. V případě zájmu nabízíme i ukázkové hodiny.







Trenérská činnost

Jedním z našich cílů je budování nezbytného profesního zázemí a především pak správného vzdělávání, což je základním předpokladem pro rozvoj lezeckého sportu. To si velmi dobře uvědomujeme, a proto náš zájem a energii plně směřujeme i do rozvoje vzdělávání pohybových aktivit.

jsme držitelem akreditace
MŠMT pro vzdělávání trenérů
sportovního lezení

pořádáme workshopy a semináře
pro trenéry i pro veřejnost

spolupracujeme s významnými
osobnostmi (např. **Adam Ondra**,
Patxi Usobiaga a další)

máme vypracovaný systém
udělování trenérských licencí



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY





výstavba a modernizace stěn

pomoc s činností oddílů

sdílení lezeckých chytů

stavba lezeckých cest

školení trenérů



Podpora a budování oddílů

Oddíly jsou základním a nezbytným předpokladem pro úspěšný rozvoj jakéhokoliv sportu, tedy i sportovního lezení, což si velmi dobře uvědomujeme. Proto společně s našimi partnery a profesionálními týmy pomáháme nejen stávajícím oddílům, ale i s budováním oddílů nových.



Spolupráce s provozovateli lezeckých stěn

Spolupracujeme s lezeckými centry po celém Česku, čímž pomáháme skrze spolupráci s místními školami a oddíly rozvíjet lezeckou komunitu nejen v rámci regionu, ale i celého Česka.





Broumovsko Severozápadní Čechy

Českomoravská vrchovina Tisá

Kokořínsko Moravské pískovce

Hruboskalsko Východní Čechy

Jeseníky a Rychlebské hory

Jižní Čechy Prachovské skály

Jižní Morava Severní Morava

Labské pískovce Západní Čechy

Jizerské a Lužické hory

Praha a Střední Čechy

Skály na Mužském



Správcí skal

Prostřednictvím Správců skal dohlížíme na chování lezců a dodržování stanovených podmínek tak, aby byly skály zachovány i pro další generace nejen lezců, ale všech ostatních milovníků přírody.

Zároveň však dbáme na to, aby byly skály lezcům přístupné a v rámci možností i co nejvíce bezpečné.







Sokolíci



Sokolíci jsou tříletý výcvikový program ČHS pro talentované outdoorové lezce. Osm nejlepších adeptů se během tří let podívá pod vedením zkušených lezců a horolezců do nejrozsáhlejších lezeckých terénů, od tradičních pískovcových oblastí až po opravdové velehory.





Mladí horalové

Formou celostátní soutěže Mladí horalové se snažíme děti a mládež hravým způsobem motivovat k pohybovým a sportovním aktivitám spojených s pobytem v přirozeném prostředí skal i hor, a podnítit v nich pouto a lásku k přírodě a hodnotám s ní spojených.





Reprezentace

Český pohár



Závod družstev

Závod jednotlivců

Start-cíl

Sprint

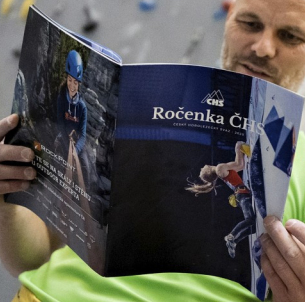
Štafeta

Závodní skialpinismus

Na lyžích a v kulisách malebných horských scenérií. To je skialpinismus, stále populárnější sport určený všem věkovým kategoriím.

Pořádáme závody jak v okruhu, tak v typu start-cíl | kombinující výstupy a sjezdy. Závodníci překonávají předem určenou trať, kterou musí zdolat v co nejkratším čase.





Marketingové nástroje

K propagaci našich partnerů a produktů používáme mnoho inovativních i tradičních nástrojů a kanálů. Vlastními obsahy, ať již fotografiemi, videi či články, plníme web i sociálních sítě. Vydáváme tištěná média, čtvrtletní Zpravodaj a Ročenku.

Opíráme se o rozsáhlou lezeckou komunitu i členskou základnu, které jsou napojeny na oddíly a lezecká centra.



fotografie

videoobsah

reportáže

články

inzerce

webové stránky

horosvaz.cz

sociální sítě

YouTube

Facebook

Instagram

tištěná média

Ročenka

Zpravodaj



Český horolezecký svaz
www.horosvaz.cz
info@horosvaz.cz