

PROPOZICE KE KURZU INSTRUKTORŮ ČHS

Název kurzu	HAL – Ledové lezení
Místo konání kurzu	Ledová stěna Vír / chata Výrovka Krkonoše
Termín konání kurzu	7. – 8. 2. 2026, zahájení kurzu v 10 hodin, sraz v 9.30 Dochvilnost nezbytně nutná.
Lektoři	Michaela Adámková, tel. +420 776 562 875, adamkova.michaela@seznam.cz Jiří Vogel, tel. +420 603 243 274, jiri.vogel@vpro.cz

Výstroj a výzbroj:

Sedák, prsák, helma, pevné boty+ mačky s odpovídajícím systémem upevnění maček do ledu (vertikální hroty), 2ks technické cepíny s hroty do ledu, šrouby 2ks, šťáradlo, prusíky,
Termoska
Lana poloviční/dvojčata, expresky, smyce na štand, HMS karabiny
Čelovka, gote-tex oblečení a další odpovídající výstroj pro pohyb v zimním terénu
Dobré zimní oblečení, rukavice
Průkaz instruktora ČHS
Poznámkový blok, tužka na psaní
Lékárnička - odpovídající požadavkům ČHS
Ostatní, co Vás napadne a budete potřebovat pro výuku nováčků, abyste jim dokázali vše náležitě předvést.

Program kurzu:

sobota

10.00– zahájení kurzu

10.30– praktický blok –výuka lezení v ledu, metodické výstupy

18:00 – Večeře

20:00 – Vyhodnocení praktického bloku.

Neděle

9.00 – Opakování, zkoušky, vyhodnocení

17.00– Předpokládaný odjezd domů

Další důležité informace:

Nocleh na místní chatě. Večeře v místním bufetu. Technické vybavení lze zapůjčit v místní půjčovně.

Večerní diskuse bude probíhat u stolu. Prosím, nachystejte si všechna témata, která máte otevřená.

Nezapomenout na pojištění.