

## PROPOZICE ČHS 2026

|               |                                                                         |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------|
| Název kurzu   | Stavěč D – boulder                                                      |
| Místo konání  | <a href="#">Lezecké centrum SmíchOFF</a> , Křížová 6, Praha 5 – Smíchov |
| Termín konání | 31. 1. – 1. 2. 2026 sraz v 10 hod. na lezecké stěně                     |
| Cena kurzu    | 3000,- Kč (vč. vstupů na stěnu)                                         |
| Lektoři       | Jan Zbranek<br>Martin Jech, Jech20@seznam.cz, tel: +420 774 705 954     |

**Kvalifikace Stavěč D – disciplína boulder** je odborná způsobilost stavět cesty pro potřeby oddílů a komerčních stěn.

Uplatnění: oddílové bouldry, oblastní soutěže

### Podmínky přijetí do kurzu:

- Členství v ČHS
- Věk min. 16 let

### Doporučené předpoklady:

- Lezecká výkonnost 5c/6a a vyšší
- Bezpečné ovládání jištění, slaňování, znalost základních pomůcek a jejich funkčnosti (grigri, jumar, kladkové blokanty)

**Časový harmonogram:** sobota 10:00 – 20:00, neděle 10:00 – 18:00

Změna časového harmonogramu dle tempa výuky a aktuální situace vyhrazena.

### Sobota

- Představení činnosti stavění cest
- Lezecké stěny a chyty – materiály, normy
- Vybavení pro stavění bouldrů
- Bezpečnost
- Typy bouldrů + praktické stavění
- Údržby a opravy

### Neděle

- Empatie stavěče a lezce
- Stavba komerčních bouldrů
- Management lezecké stěny
- Stavba komplexních bouldrů se zaměřením na pohybové prvky
- Úprava bouldrů
- Vyhodnocení kurzu a ukončení

**Povinné vybavení:**

- sportovní oblečení, lezečky, magnezium, stavěčská obuv,
- osobní nářadí pro stavění (ideálně rázová a klasická vrtačka s nabitými baterkami, sada bitů imbus a torx 20, brašna/pytlík na vruty)
- ochrana očí, ochrana sluchu, rukavice
- psací potřeby, zápisník na poznámky

Velikost skupiny: min. 6 – max. 10 účastníků

PARKOVÁNÍ: v areálu SmíchOFF je placené parkoviště