

PROPOZICE K SEMINÁŘI INSTRUKTOR ČHS 2026

Název semináře	SCI1 – Seminář základní výuky na skalách
Místo konání	Srbsko u Berouna
Datum konání	24. - 26. 4. 2026 sraz v pátek v 10 hod. na parkovišti u kempu Srbsko
Cena semináře	4.350,- Kč
Lektoři	Jarmila Schücková, tel. 605 220 447, schjarmila@seznam.cz Michal Buřil, tel. 602 272 197, burilmichal@seznam.cz

PODMÍNKY PŘIJETÍ NA SEMINÁŘ:

- účastník musí být starší 16 let
- členství v ČHS s platným průkazem

PŘEDPOKLÁDANÉ VSTUPNÍ ZNALOSTI A DOVEDNOSTI:

- přezení cesty na skalách minimální obtížnosti 5 UIAA stylem RP
- znalost uzlů - osmičkový, vřdcovský, poloviční lodní uzel, lodní uzel
- aktivní lezec alespoň s jednoletou praxí
- zvládnutá technika bezpečného jištění

PROGRAM:

- teoretická část – bezpečnost pohybu na skalách, vedení lana, druhy jisticích pomůcek
- fixní a dočasné jisticí body, jisticí stanoviště (štanď)
- uzly, navazování, partner check
- zřízení a zrušení vratného bodu
- nácvik správného jištění, lezení, spouštění
- vedení výstupu na skále, cvakání expresek, povely
- nácvik chytání páďů
- jištění pomocí různých pomůcek
- slaňování
- jištění na štanďu
- úvod do skalní záchrany

POŽADAVKY NA INSTRUKTORY:

- Vylezení cesty na skále vč. navázání a jištění. Schopnost bezpečného pohybu v lezeckém terénu obtížnosti 5. stupně UIAA
- Praktická ukázka navázání, jištění spolulezce, povelových technik, základní horolezecké uzly (např. vůdcovský uzel, osmičkový uzel, poloviční lodní uzel, prusík)
- Obecné základy první pomoci
- Morální, fyzické a psychické předpoklady žadatele
- Schopnosti učit a předávat praktické a teoretické znalosti a dovednosti

Seminář bude zaměřen na procvičování výše uvedených technik, ale zejména na metodiku a didaktiku výuky daných dovedností tzn. jak učit lezení a jištění.

Předpokládaný konec semináře je v pátek i v sobotu do 18 hod. (nejpozději v 19 hod.).

UKONČENÍ KURZU v neděli je v cca 17:00 hod.

MÍSTO:

Srbsko u Berouna, sraz na parkovišti u Campu Srbsko (Na Bříči), zahájení v pátek v 10 hod.

STRAVA:

Vlastní, každý si zajišťuje individuálně, oběd s sebou ve skalách.

UBYTOVÁNÍ:

Nezajišťujeme.

Metodika, doporučení, vzdělávací materiály, metodické karty: [zde](#)

Výstroj a výbroj:

Lezecké vybavení nesmí být poškozeno, musí být určeno pro lezení (norma ČSN EN) a textilní výbroj nesmí být starší než 10 let.

Povinná	Doporučená
• jednoduché lano 60m (stačí do dvojice), • sedák, prsní úvazek, lezečky • 10 expresek (stačí do dvojice), • 3x karabina s pojistkou zámku, 2x HMS, • prusík smyčka 6mm: 2 x délka 1,5 m, • jistící pomůcka typu kyblík (ATC, Reverso, apod.) • 2x šitá smyčka 120cm • lékárnička, poznámkový blok, tužka • lezecká přilba! • plochá smyčka na provázání sedáku s prsákem s nosností 15 kN, dlouhá 1,8 – 2m • jistící pomůcka typu poloautomat (gri-gri, click-up, smart, aj.) • vlastní jištění (friendly, vklíněnce, hexy, abalaky apod.) – stačí do dvojice	• Prusík 5,5 -6 mm z kevlaru nebo aramidu délka 5 m • odsedávací (slačovací) smyčka • Velká HMS karabina (př. Petzl William, SR Hector..) • Krátké lano na nácvik na zemi 10-15 m