

PROPOZICE K SEMINÁŘI INSTRUKTOR ČHS 2026

Název semináře	SCI2 – Seminář metodické výstupy na skalách
Místo konání	Srbsko u Berouna
Termín konání	6. – 7. 6. 2026 sraz v sobotu v 10 hod. na parkovišti u kempu Srbsko
Cena semináře	3.100,- Kč
Lektoři	Jarmila Schücková, tel. 605 220 447, schjarmila@seznam.cz Michal Buřil

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, vůdcovský, poloviční lodní uzel, lodní uzel
- aktivní lezec alespoň s jednoletou praxí
- zvládnutá technika bezpečného jištění prvolezce i druholezce

PROGRAM:

- Stručné zopakování výuky z SCI1
- Procvičování metodických postupů a analýza správného a chybného provedení na témata:
 - zřízení a zrušení vratného bodu
 - cvakání expresek,
 - nácvik správného jištění druholezce/prvolezce, spuštění lezce
 - nácvik jištění pomocí karabiny HMS a poloautomatů a jejich blokace
 - zakládání dočasných jisticích bodů
 - vybudování štandu s fixním jištěním/s pomocí dočasných jisticích pomůcek
 - jištění na štandu
 - slaňování
 - základní záchranné techniky nahoru i dolů

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.

UKONČENÍ KURZU v neděli v cca 17:00 hod.

MÍSTO:

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

STRAVA:

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

UBYTOVÁNÍ:

Nezajišťujeme.

Metodika, doporučení, vzdělávací materiály, metodické karty viz [Lezecká metodika](#).

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 -6mm z kevlaru nebo aramidu délka 5m ▪ odsedávací (slačovací) smyčka ▪ Velká HMS karabina (př. Petzl William, SR Hector..) ▪ Krátké lano na nácvik na zemi 10-15m