



PROPOZICE K DOŠKOLENÍ INSTRUKTORŮ ČHS 2026

Název doškolení	Lezecká cvičení a hry pro děti
Místo konání	Lezecká stěna Lokomotiva Plzeň
Termín konání	14. - 15. 11. 2026, zahájení v sobotu 14.11. v 9 hod.
Cena	3.000,- Kč (vč. vstupů na stěnu)
Lektor	Karel Kříž, tel.: 603 530 547, e-mail: kriz@karelkriz.cz

Doškolení je určené pro všechny instruktorské úrovně (CWI, SCI, RCI, HAL).

Během doškolení je možné absolvovat:

- přezkoušení pro udělení kvalifikace bez omezení platnosti (kvalifikace CWI)
- přezkoušení z metodických výstupů pro udělení licence ČHS (úroveň CWI)

PROGRAM:

- výuka jištění v dětských skupinách
- organizace výuky
- metodika výuky lezení na prvním
- metodika nácviku pádů
- výuka techniky lezení
- zahřívací hry
- lezecká, boulderingová cvičení a hry
- lezecká technika herně
- hry na rozvoj všeobecných schopností zejména obratnost

Zahájení v 9:00, pauza na oběd dle domluvy, **předpokládaný konec v 16:00**.

Ubytování a strava:

Nezajišťujeme, v Plzni a okolí je velké množství ubytovacích kapacit.

Výstroj a výzbroj:

- lano jednoduché do dvojice 30-50 m
- sedák, lezačky, magnézium, vlastní jistící pomůcky, které používáte
- pantofle nebo tenisky na pohyb po tělocvičně mezi lezením
- sportovní oblečení na lezení v hale (při dobrém počasí i venku)
- lékárnička, poznámkový blok, tužka