



PROPOZICE K METODICKÉ AKCI ČHS

Metodický seminář	Lezení sportovních vícedélkových cest na horách s ČHS - základní pohyb ve vícedélkovém terénu, jistící stanoviště, jištění, práce s lanem a bezpečný sestup/slanění
Ověření znalostí	Účastník by měl znát: <ul style="list-style-type: none">• jištění prvolezce, lezení na prvním konci lana• správné cvakání expresek• znalost existence různých typů jistítek• uzly, jejich pojmenování a provedení• slaňování s prusíkem
Místo konání	Rakousko , Naturpark Hohe Wand - Maiersdorf
Termín konání	9. - 12. 7. 2026 - sraz v kempu ve městě Maiersdorf Příjezd 9. 7. ve večerních hodinách - začátek 19.00
Cena kurzu	5.000,- Kč
Lektoři	Michael Hron, tel. +420 739 354 507, miguel@m-guide.cz Michaela Adámková, tel. +420 776 562 875, adamkova.michaela@seznam.cz

Co bude předmětem:

- pochopení principu lezení vícedélkových cest
- správná práce s lany (dvojčaty či půlkami)
- tvoření štandů v případě fixních bodů (dva borháky, nýty)
- jištění druholezce ze štandu
- komunikace mezi lezci v horách
- postup ve dvoučlenném a tříčlenném lanovém družstvu
- střídání lezců na jistícím stanovišti
- slaňování vícedélkových cest (60 m, spojená lana)
- zablokování jistící pomůcky/půlloďáku
- jištění pomocí půlloďáku
- praktické tipy – co je/není nutné sebou brát do stěny, co se hodí, co je zbytečné
- orientace v průvodci

Požadavky na uchazeče:

- Uchazeč by měl znát, jak se bezpečně pohybovat na skalách, jistit, slaňovat. Při ověření znalostí uchazeč předvede, co umí a případné nedostatky budou diskutovány s instruktory.
- Požadovaná lezecká obtížnost je od 5. stupně U.I.A.A. klasifikace obtížnosti
- Člen ČHS s platným průkazem

Výzbroj a výstroj:

- Prsní a sedací úvaz, nešešitá plochá smyčka na svázání o nosnosti 15 KN a délky min. 150 cm
- Helma
- Do dvojice dvě poloviční lana nebo dvojčata o délce 60 m ideálně 8,3 mm a více
- HMS Karabiny s pojistkou zámku 3 ks, 2ks karabiny s pojistkou typu Dzámku, 2 ks karabiny bez pojistky
- Jistítka typu "kýbl" s očkem na jištění druholezce odpovídající průměru lan
- 6 ks expresky
- 3 ks sešité ploché smyčky 60 cm
- 1 ks sešitá plochá smyčka 120 cm
- 2 ks Prusík (kulatá repšnář) 1,5 m a 1 ks 3 m o průměru 6 mm nebo o průměru 5,5 mm kevlar
- Čelovka
- Lékárnička
- Kartačka pojišťovny
- Batoh malý do stěny
- Dobré oblečení
- Lezečky

Pojištění:

Je nutné mít uzavřenou pojistnou smlouvu na záchranu v horách.

Ubytování:

Ubytování v kempu s teplou vodou a záchody, lokace: Hohe Wand Blick - Camp Hohe Wand - Straže 188, 2724 Maiersdorf, Rakousko GPS: 47.826685, 16.054285

Cena ubytování v kempu je - cca 20,- EURO za den a **není zahrnuta v ceně kurzu**

Stravování:

Vlastní. Na kopci je restaurace s možností jídla a pití.

Na túru doporučujeme se vybavit lehkou svačinou (oplatek, kousek sýru, trvanlivý salám). Dostatek vody. Budeme celý den na túře od cca 8 do 18 hodin.

Jiné: (doprava, kontakt na ubytování atd.)

Informace k lokalitě: <https://www.naturpark-hohewand.at/>

Počasí v lokalitě:

https://www.yr.no/sted/%C3%98sterrike/Nieder%C3%B6sterreich/Hohe_Wand/

Účast na kurzu je podmíněna členstvím v ČHS.

Kapacita kurzu je omezena.