

PROPOZICE K DOŠKOLENÍ INSTRUKTORŮ ČHS 2026

Název doškolení	Pohyb a práce na zkráceném laně pro horolezce
Místo konání	Srbsko u Berouna, Divoká Šárka
Termín konání	10. - 11. 10. 2026
Cena	3 000,- Kč
Lektoři	Karel Kříž, kriz@karelkriz.cz , +420 603 530 547 Lukáš Klingora

Toto doškolení neobsahuje přezkoušení pro získání licence ČHS, ani přezkoušení pro prodloužení kvalifikace na dobu neurčitou.

Požadavky na účastníky

- instruktor ČHS s platným členským průkazem;
- morální, fyzické a psychické předpoklady účastníka;
- schopnost bezpečného pohybu ve skalním terénu obtížnosti 5. stupně UIAA;
- lezení jako prvolezec podmínkou, znalost jištění na stanovišti a slaňování;
- znalost pravidel bezpečného lezení na skalách;
- obecné základy první pomoci;

Místo konání: Srbsko, Divoká Šárka

Lezecká oblast: sobota – Srbsko, neděle – Divoká Šárka

Náplň:

- Úvod do pohybu na zkráceném laně rozdělení technik dle obtížnosti terénu, logika krátkého lana
- lezení formou tzv short pitchingu v terénu od obtížnosti 3 UIAA, způsoby jištění, rychlost postupu
- metody zkrácení lana na tělo, do batohu
- transport lana a stupňovité lezení v lehčím terénu
- jištění v ruce, jištění přes tělo
- zjednodušené standy, klasické standy, simultánní postup
- spouštění a slaňování
- postup na hřebeni

Doprava: individuální či po dohodě účastníků

Vybavení:

do dvojice: lano jednoduché 30 m, lano jednoduché 50 – 60 m, základní sada friendů a vklíněnců

každý: sedák, helma, 3 karabiny HMS, 3 další karabiny s pojistkou zámku, 3 expresky, jistící pomůcka tipu reverso, ploché smyčky 2x 120 cm, 1x 80 cm, 2x 60 cm, kevlarová repšňůra 2 m a 3 m, rukavice bez prstů (feratové), boty na lezení v lehkém terénu ideálně tzv. approachovky, lezečky, Lezecký batoh do 30 l, oblečení dle počasí

Sraz: 10. 10. 2026 v 9 hod. Kemp Srbsko

Ukončení: neděle 11. 10. 2026 kolem 16.00 hod.

Kurzovné neobsahuje: dopravu, parking, ubytování, stravu