ČESKÝ
HOROLEZECKÝ
SVAZ

PROPOZICE K METODICKÉ AKCI ČHS

Název metodické akce	Ledové lezení
Místo konání	Ledová stěna Vír / Krkonoše Místo konání se upřesní 7 dní před akcí dle aktuálních podmínek.
Termín konání	24. 1. 2027
Cena	2.000,- Kč
Lektor	Michaela Adámková, tel. +420 776 562 875, adamkova.michaela@seznam.cz

Metodická akce Ledové lezení je určena pro všechny členy ČHS, kteří chtějí získat zkušenosti s lezením vodních ledů. Zároveň je to přípravný kurz pro budoucí zájemce o kurz HAL – Instruktor horolezectví.

Program:

- Technika lezení vodních ledů
- Jištění a zajišťování v ledu
- Práce s ledolezeckým materiálem

Harmonogram:

8.30	sraz, dochvilnost nezbytně nutná
9.00	zahájení metodické akce
12.30-13.00	přestávka na oběd
17.00	ukončení

Výstroj a výzbroj:

Sedák, helma, pevné boty na lezení v ledu (skelety / skialpinistické / pohorky s přípravou na rychloupínací mačky) + mačky s odpovídajícím systémem upevnění maček do ledu (vertikální hroty), 2 ks technické cepíny s hroty do ledu (mačky a cepíny lze zapůjčit za poplatek na stěně Vír)
Termoska
Gore-tex oblečení a další odpovídající výstroj pro pohyb v zimním terénu
Dobré zimní oblečení, rukavice
Platné členství ČHS na r. 2026
Další vybavení dle vlastního uvážení.