

Kurs dla osób które pierwsze kroki w skałkach mają już za sobą i chcą spróbować swoich sił na drogach o tradycyjnej asekuracji. Stanowi kontynuację kursów na sztucznej ścianie i kursu wspinaczki na drogach ubezpieczonych.

Program kursu:

Tematy wykładów

1. Sprzęt niezbędny do samodzielnego instalowania punktów asekuracyjnych (kostki, kostki mechaniczne itp.).
2. Teoria asekuracji.
3. Formacje skalne (zakres podstawowy).
4. Niebezpieczeństwa wspinania.
5. Pierwsza pomoc (zakres podstawowy).
6. Style wspinania, przewodniki i rejony wspinaczkowe.
7. Normy etyczne obowiązujące w środowisku wspinaczy, zagadnienia ochrony przyrody.
8. Historia wspinania (opcjonalnie).

Zajęcia praktyczne

- praktyczna znajomość węzłów: prusik, bloker, stoper taśmowy;
- dobieranie sprzętu do konkretnej drogi i poprawne noszenie go;
- samodzielne zakładanie punktów asekuracyjnych (kostki, kostki mechaniczne itp.);
- wykorzystanie punktów naturalnych;
- łączenie punktów asekuracyjnych;
- budowanie stanowisk asekuracyjnych dolnych, górnych i pośrednich;
- obsługa 2 przyrządów asekuracyjnych w zakresie podawania, wybierania, hamowania liny oraz jej blokowania i odblokowania; przyrządy: kubek (dowolny rodzaj) lub płytki oraz półwyblinka z karabinkiem HMS; opcjonalnie dodatkowo grigri;
- właściwe rozmieszczanie punktów przelotowych;
- prawidłowe prowadzenie liny jednożyłowej; opcjonalnie dodatkowo dwużyłowej;
- zakładanie stanowisk zjazdowych;
- zjazd w wysokim przyrządzie wraz z odpowiednią autoasekuracją;
- rozwiązywanie prostych sytuacji awaryjnych w trakcie zjazdu;
- uwalnianie się na stanowisku od ciężaru wiszącego partnera;
- pokonywanie różnych formacji skalnych z zastosowaniem odpowiednich technik wspinaczkowych;
- wychodzenie po linie (prusikowanie);

Forma zajęć:

- Zajęcia praktyczne w skałkach przeplatane teorią.
- Czas szkolenia 3-6 dni (do uzgodnienia).
- Ilość uczestników: max 4 osoby na jednego instruktora
- Terminy do uzgodnienia.
- Uwaga! Istnieje możliwość przeprowadzenia kursu w Sokolikach!

Cena: **400 zł**

Osoby niepełnoletnie mogą przystąpić do kursu po wcześniejszym uzyskaniu pisemnej zgody od rodziców lub prawnych opiekunów. Absolwenci otrzymają zaświadczenie zgodne z programem PZA.