

Pozvánka na vzdělávací kurz pro instruktora lezení na umělých stěnách

Vážení sportovní přátelé,
dovolujeme si Vás pozvat na kurz "stěnového" lezení. Kurz pořádá UK FTVS a je určen pro učitele tělesné výchovy, pracovníky domů dětí a mládeže, činovníky mládežnických organizací a provozovatele umělých stěn. Je velmi intenzivní a skládá se ze dvou víkendových bloků.

Termín: 21. – 23. 2. 2020 a 7. 3. - 8. 3. 2020

Program 1. části:

Pátek:	19:00	zahájení, organizační pokyny
	20:00	materiální a technické vybavení, lezecká výzbroj a výstroj, používání uzlů, jisticí pomůcky
Sobota:	9:00	technika jištění, práce s lanem, technika lezení
	11:00	historie lezeckého sportu, klasifikace lezeckých disciplín, hodnocení výkonu
	12:30	volno na oběd
	14:00	lezení v pozici prvolezce, zachycení pádu
	16:00	stěny, chyty, stavba cest - tipy a zásady; základy bezpečnosti provozu na umělých stěnách, organizace lezecké hodiny
	18:00	rušení vratného jištění a slanění
Neděle	9:00	trénink ve sportovním lezení
	10:00	hry a soutěže na stěně
	12:00	volno na oběd
	13:00	hry a soutěže na stěně
	15:00	závěr 1. části kurzu

V druhé navazující části se budou podobně střídat bloky teorie a praxe. Program bude upřesněn později.

Přihlášky: Zájemci zašlou vyplněnou přihlášku (formulář je součástí dokumentu) **nejpozději do 16. února 2020**

e-mailem na adresu: pankova@ftvs.cuni.cz a v kopii balas@ftvs.cuni.cz

Sraz všech účastníků je: pátek 21. února 2020 v 19:00 hod. na Katedře sportů v přírodě v budově UK FTVS Praha, José Martího 31, Praha 6 (**blok D, první patro, učebna UD1-1**).

Doprava: metrem A na stanici nádraží Veleslavín, dále tramvaji 8 nebo 26 na stanici Vozovna Vokovice. Těsně před zastávkou minete po levé straně velkou žlutou budovu - UK FTVS. Vstupte hlavním vchodem, projděte přes nádvoří do budovy D, vystoupejte do 1. patra a najděte učebnu UD1-1.

Cena: **3 900,- Kč**, zahrnuje výuku, vstup na lezeckou stěnu, zapůjčení materiálu a vybavení na lezení, poplatek za licenci. Nezahrnuje ubytování a stravné.

Ubytování: potřebujete-li zajistit ubytování, vyznačte Váš požadavek na přihlášce. Ubytování lze zajistit v případě volných míst v areálu UK FTVS - v hostelu cca 280Kč/noc (úhradu provedete v hotovosti při zahájení semináře).

Kurz se otevírá při minimálním počtu 6 zájemců.