

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: 25. – 27. 2. a 5. - 6. 3. 2022

Program 1. části:

Pátek:

19:00 zahájení, organizační pokyny
20:00 materiální a technické vybavení, lezecká výzbroj a výstroj, používání uzlů, jistící 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 14. února 2022 e-mailem na adresu:

pankovablanka@gmail.com a v kopii balas@ftvs.cuni.cz

Sraz všech účastníků je: pátek 25. února 2022 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 velikou žlutou budovu - UK FTVS. Vstupte hlavním vchodem, projděte přes nádvoří do budovy D, vystoupejte do 1. patra a najděte učebnu UD1-1.

Cena: 4 500,- 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 280 Kč/noc (úhradu provedete v hotovosti při zahájení semináře).

Kurz se otevírá při minimálním počtu 8 zájemců. Max počet účastníků je 16.