

ZKZ242 – ZSK lezení na ledu

Slovensko (Slovenský ráj)

Termín:	29. 1. – 3. 2. 2023
Cena:	140 Euro , platí se hotově při odevzdání přihlášky!!!
Cena zahrnuje:	cena zahrnuje ubytování, lana, jistící materiál, dopravu materiálu, kurzovné a praktický dárek.
Cena nezahrnuje:	dopravu a stravu
Místo:	Slovensko, Slovenský ráj
Vedoucí kurzu:	Tomáš Vaněk, vanekt@vse.cz
Doprava:	vlastní
Strava:	vlastní, možnost dohodnout (polopenze, snídaně, večeře) nebo si vařit z vlastních zásob. Obchod a restaurace cca 500 m.
Sraz:	neděle – 29. 1. 2023 od 17:00 do 19.00 hod.

Villa RAJ, Hlavná 205/23, 053 15, Hrabušice, Slovensko

<https://mapy.cz/turisticka?x=20.4057755&y=48.9720063&z=15&source=osm&id=136314352&q=vila%20raj%20hrabusice>

GPS 48.9729914N, 20.4031856E

Odjezd:	pátek - 3. 2. 2023 (po lezení)
Ubytování:	Každý pokoj má samostatnou koupelnu a WC. Na každém pokoji je také kuchyňský koutek (mikrovltnka, rychlovarná konvice, lednička). Volná WIFI. Zahradní sezení a ohniště.
Program:	Kurz je určen pro začátečníky a mírně pokročilé. <ul style="list-style-type: none">- základy lezení na ledu – Slovenský ráj, každý den v jiné dolině- techniku výstupu a pohybu v zaledněném terénu, zásady bezpečného lezení a jištění

POVINNÉ VYBAVENÍ:

Pojištění pro zásah horské služby. Alpenverein nebo <https://www.hzs.sk/poistenie/>

Lezecké: teleskopické hole (usnadní přístup pod ledy), stoupací železa (mačky musí sedět na vaše boty, v kterých budete lézt a chodit po Sl. ráji), čelová svítilna (čelovka, budeme se vracet za tmy), sedací úvazek, osma + zám. karabina, smyce + zám. karabina, horolezecká helma, cepíny pro lezení v ledu.

Ostatní: vařič, nádoba na vaření (pokud si budete chtít pod ledy něco uvařit, není povinné), láhev na vodu (2 litry), termosku, batoh (40-50 litrů obsahu s kompresními pásky nebo poutky na přidělení cepínů)

Lékárnička: tlakový obvaz, elastický obvaz, náplasti na puchýře, leukoplast, analgetika, Bepanthen nebo Sudocrem, paralen, endiaron, živočišné uhlí atd.

Oblečení: k ledům budeme každý den nějaký čas docházet a opět se vracet. Ideálně je být oblečený pro nástup k ledům, jako když chodíte v zimě na běžky. Pod ledy se doobléci další vrstvou jako na sjezdové na lyžování. Případně si převléct propocenou spodní vrstvu. Určitě náhradní teplé rukavice, ponožky, čepice, buffy.

CTVS může zapůjčit tento materiál:

sedací úvazek, osma + zám. karabina, smyce + zám. karabina – celý set cena 100 Kč/kurz

horolezecká helma - cena 100 Kč/kurz (k dispozici 12 kusů)

řemínkové mačky Singing Rock Fakir classic - cena 200 Kč/kurz (k dispozici 4 kusy)

lezecké cepíny - cena 400 Kč/pár/kurz (k dispozici je 6 párů)

Dejte vědět co kdo potřebuje. Přivezeme na Slovensko.

Galerie z minulých let: <https://ctvs.vse.cz/informace-o-ctvs/fotogalerie/zimni-sportovni-kurzy/>

!!! POZOR !!!

Podmínkou uskutečnění kurzu je příznivá epidemiologická situace a s tím související platná nařízení vlády.

Před zapsáním na zájmový zimní sportovní kurz si pozorně prostudujte [pokyny pro přihlášení](#) a pečlivě vyplňte [přihlášku](#).