



Jednodenní skalní kurz pro rodiče s dětmi

Termín: 24. června, od 10:00 do 17:00

Místo: Tetínské skály, cca 40 km za Prahou

Cena: 1500 Kč

Platba: převodem na účet č. 219331429/0600, V.S: 500, do poznámky uveďte jméno účastníka kurzu
(*platbu proveďte min. 3 dny před začátkem kurzu*)

Náročnost: lehká až střední, kurz je vhodný i pro začátečníky

Sraz: 10:00 v obci Tetín u Berouna, parkoviště u hřbitova (49°56'54.5"N 14°06'30.5"E)

Doprava vlastní

Obsah: Naučíme vás používat kompletní horolezeckou výbavu a seznámíme vás s pravidly bezpečného lezení. Vysvětlíme vám a následně si sami v praxi vyzkoušíte, jak vyvádět cestu na skalách, správně zakládat postupové jištění, jistit a spouštět prvolezce i druholezce a bezpečně slaňovat. Seznámíte se s dalšími lanovými technikami, které se vám mohou hodit (výstup po laně, dopomoc a vytažení spolulezce v případě úrazu, zakládání vlastního postupového jištění a další).

Cena zahrnuje: instruktory, lana a jištění.

Povinná výbava: helma, sedák, lezečky, magnézium. (*vše je možné zapůjčit za poplatek na recepci lezecké stěny Třináctka*)

Doporučené vybavení s sebou: vhodné outdoorové sportovní oblečení přizpůsobené počasí, pohodlná obuv na celodenní nošení, sluneční brýle, opalovací krém, fotoaparát, plavky. Vlastní svačinu a pití, pláštěnku, pro zájemce také čelovku do místních jeskyní.

Jak to bude probíhat?

V 10 hodin ráno se společně setkáme v obci Tetín u Berouna na parkovišti u hřbitova zde je přesné místo 49°56'54.5"N 14°06'30.5"E. Tetín leží cca 40 km za Prahou. Snadno dostupné po dálnici D5. Z parkoviště se společně vydáme do Tetínských skal, které se nachází v údolí cca 300 metrů od parkoviště. V lezecké oblasti se nachází bezmála 85 lezeckých cest rozložených do sedmi sektorů, které budeme zdolávat. Kurz zakončíme kolem 17. hodiny a společně zamíříme zpět na parkoviště.

Proč Tetín?

Lezecká oblast Tetínské skály je ideálním místem na trénování techniky a zkoušení nových lezeckých výzev díky krátké vzdálenosti fixního jištění. V průběhu dne se budeme učit jak správně a bezpečně lézt a jistit se na skalách, slaňovat a spouštět.

Lezení pro celou rodinu zdar!