

## Program kursu:

- podstawowe informacje o sprzęcie;
- zasady asekuracji- asekuracja na wędkę, obsługa przyrządu asekuracyjnego, asekuracja dolna, samodzielne zakładanie punktów asekuracyjnych, wspinaczka drogą wielowyciągową;
- zastosowanie następujących węzłów: ósemka, kluczka, wyblinka, półwyblinka, podwójny zderzakowy, taśmowy (równoległy), stoper oraz węzeł flagowy;
- nauczanie techniki wspinania;
- techniki linowe- podchodzenie po linie, zjazdy na linie, rozwiązywanie prostych sytuacji awaryjnych w zjeździe
- wykłady teoretyczne-skale trudności, zasady uprawiania wspinaczki w Polsce, system szkolenia, style wspinaczkowe, historia i etyka wspinania itp.
- trening wychwytywania odpadnięć na zrzutni.

Warunkiem zaliczenia kursu jest opanowanie wymienionych w programie umiejętności w zakresie techniki asekuracji i pozostałych technik linowych oraz samodzielne i swobodne pokonywanie z dolną asekuracją dróg skalnych o trudnościach co najmniej IV w skali UIAA