



Przygotowuje do samodzielnego i bezpiecznego wspinania w dowolnym terenie skałkowym na drogach ze stałą asekuracją i na własnej asekuracji, na drogach jedno i kilkuwyciągowych, oraz do kursu taternickiego.

Kurs Łódzkiego Klubu Wysokogórskiego to możliwość rozpoczęcia przygody ze wspinaniem w większym gronie pod okiem doświadczonych instruktorów.

Kurs taki daje większe możliwości poznania nowych partnerów wspinaczkowych, wymiany doświadczeń i zorganizowania wspólnych wyjazdów.

W cenie kursu dla wszystkich, którzy ukończą część praktyczną wyjazd wspinaczkowy w Góry Stołowe (*Hejszowina*) na którym poznacie niepowtarzalną specyfikę asekuracji i wspinania w skałach piaskowcowych (*25 - 28 sierpnia 2016*).

Aby wziąć udział w kursie nie potrzebne jest żadne specjalne przygotowanie sprawnościowe, nie trzeba też mieć żadnego doświadczenia wspinaczkowego, oraz sprzętu.

Kadra części praktycznej

Tomasz Antecki – instruktor sportu, specjalność wspinaczka sportowa, instruktor wspinaczki skalnej PZA

Rafał Mockało – instruktor sportu, specjalność wspinaczka sportowa, instruktor wspinaczki skalnej PZA

Informacje ogólne:

Kurs składa się z dwóch części:

- ÷ stacjonarnej teoretycznej (*wykłady, prelekcje*) oraz praktycznej (*zajęcia wspinaczkowe na sztucznej ścianie*)
- ÷ wyjazdowej (*praktyka z elementami teorii w terenie skalnym*)
- W kursie może wziąć udział każdy, kto ukończył 14 rok życia
- Część teoretyczna odbędzie się w terminie 03 III – 28 IV w siedzibie ŁKW w czwartki w godzinach 18³⁰ – 20³⁰,
- Część praktyczna - 4 zajęcia na sztucznej ścianie - w terminie marzec - kwiecień.
- Część praktyczna w skałach Jury Krakowsko-Częstochowskiej (*Podlesice, Rzędkowice, Mirów*) - 6 dni po ok. 8 godzin zajęć w skałach dziennie,
- Po części stacjonarnej odbędzie się test teoretyczny dopuszczający do części wyjazdowej,
- Zajęcia w terenie odbywają się w czteroosobowych grupach szkolonych przez jednego instruktora,
- Zapewniamy – sprzęt wspinaczkowy, opiekę instruktorską podczas zajęć, ubezpieczenie NW uwzględniające sporty niebezpieczne,
- Zakwaterowanie, dojazd i wyżywienie we własnym zakresie (*jest możliwość dojazdu z instruktorem, my śpimy [TUTAJ](#)*)

- Absolwenci otrzymują zaświadczenie o ukończeniu kursu zgodnie z programem ŁKW wzorowanym na [programie PZA](#), podpisane przez instruktora.

Przed kursem w terenie trzeba zaopatrzyć się w:

- buty wspinaczkowe,
- odpowiednią odzież
- plecak na sprzęt wspinaczkowy (ok. 30 litrów)

Warunki ukończenia kursu klubowego:

- Udział w zajęciach na ścianie wspinaczkowej
- Zaliczenie testu teoretycznego,
- Opanowanie wszystkich zagadnień programowych,
- Poprowadzenie minimum sześciu dróg wspinaczkowych ze wszystkimi niezbędnymi operacjami sprzętowymi, w tym trzy o trudnościach minimum IV.

Koszt kursu to 1000 zł, a w cenie:

- 8 wykładów
- 4 spotkania na ścianie wspinaczkowej
- 6 dni w skałach Jury północnej
- 4 dni w Górach Stołowych
- materiały dydaktyczne
- ubezpieczenie NW
- dużo pozytywnej energii

Opłaty: zaliczka 250 zł do III wykładu (17 III). Pozostała kwota w dwóch ratach: I rata 300 zł do VI wykładu (07 IV), II rata: pozostała kwota, najpóźniej 21 dni przed ustalonym terminem części wyjazdowej.

Zgłoszenia i informacje:

Zgłoszenia: w [C.W. Stratosfera](#) (Manufaktura), lkw@lkw.org.pl

Wypełnioną i podpisaną [kartę zgłoszenia](#) należy dostarczyć, do CW Stratosfera, wysłać na lkw@lkw.org.pl, lub na pierwszym spotkaniu kursowym 03.03.2016.

Informacji szczegółowych udziela Tomek Anteki – tel. 609 487 364.

Proponowane terminy wyjazdów:

1. 10 V - 15 V 2016, 2. 25 VI - 30 VI 2016,

Istnieje możliwość indywidualnego ustalenia innych terminów.

Zdjęcia z poprzednich kursów:

- [JURA](#)
- [Góry Stołowe](#)

Zapraszamy wszystkich ☺