



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

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 ten 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 (*24 – 27 sierpnia 2017*).

Aby wziąć udział w kursie nie potrzebne jest żadne specjalne przygotowanie sprawnościowe, nie trzeba też mieć żadnego doświadczenia wspinaczkowego, ani 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 23 II – 27 IV w siedzibie ŁKW w czwartki w godzinach 18<sup>30</sup> – 20<sup>30</sup>,
- 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 (09 III). Pozostała kwota w dwóch ratach: I rata 300 zł do VI wykładu (30 III), II rata: pozostała kwota, najpóźniej 21 dni przed ustalonym terminem części wyjazdowej.

### **Zgłoszenia i informacje:**

**Zgłoszenia:** w [C.W. Stratosfera](http://C.W. Stratosfera) (Manufaktura), [lkw@lkw.org.pl](mailto:lkw@lkw.org.pl)

Wypełnioną i podpisaną [kartę zgłoszenia](#) należy dostarczyć do CW Stratosfera, wysłać na [lkw@lkw.org.pl](mailto:lkw@lkw.org.pl) , lub na pierwszym spotkaniu kursowym 23.02.2017.

Wszyscy którzy zgłoszą się na kurs do końca roku 2016 otrzymują karnet wstępu do [C.W. Stratosfera](http://C.W. Stratosfera) (karnet o wartości 100zł po wpłacie całej kwoty za kurs).

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

### **Proponowane terminy wyjazdów:**

1. 09 V - 14 V 2017,            2. 27 VI - 02 VII 2017,

Istnieje możliwość indywidualnego ustalenia innych terminów.

### **Zdjęcia z poprzednich kursów:**

- [JURA](#)
- [Góry Stołowe](#)

**Zapraszamy wszystkich ☺**