

KURS WSPINANIA Z DOLNĄ ASEKURACJĄ

KURS PRZEZNACZONY JEST DLA OSÓB, KTÓRE CHCĄ NAUCZYĆ SIĘ PRAWIDŁOWO ASEKUROWAĆ PROWADZĄCEGO WSPINACZA ORAZ NABYĆ WIEDZĘ I UMIEJĘTNOŚCI JAK BEZPIECZNIE WSPINAĆ SIĘ Z DOLNĄ ASEKURACJĄ. DWUDNIOWE ZAJĘCIA PRZYGOTUJĄ CIĘ ZARÓWNO DO SAMODZIELNEGO WSPINANIA W SKAŁACH JAK I OTWIERAJĄ MOŻLIWOŚCI DO WSPIĘCIA SIĘ NA KAŻDĄ DROGĘ JAKĄ OFERUJE AVATAR!

PROGRAM KURSU:

- WĘZŁY I ICH ZASTOSOWANIE (ÓSEMKA, KLUCZKA I INNE)
- PODSTAWOWE INFORMACJE O SPRZĘCIE WSPINACZKOWYM I WŁAŚCIWE JEGO UŻYWANIE
- WYKŁAD I ĆWICZENIE TECHNIKI ROBIENIA WPINEK
- NAUKA ASEKURACJI – WYBIERANE I PODAWANIE LINY, BEZPIECZNA POSTAWA ASEKURANTA I SPOTOWANIE
- BEZPIECZNE PROWADZENIE LINY PO ŚCIANIE PODCZAS WSPINACZKI
- PROWADZENIE PROSTYCH I TRUDNYCH DRÓG
- OMÓWIENI PARAMETRÓW LINY POJEDYNCZEJ, DEFINICJE WSPÓŁCZYNNIKA ODPADNIĘĆ
- KRÓTKA CHARAKTERYSTYKA WSPINACZKI SPORTOWEJ ORAZ WYJAŚNIENIE STYLÓW PRZEJŚĆ JAK OS, FLASH, RED POINT
- WYŁĄPYWANIE LOTÓW
- NAUKA PRZEWIĄZYWANIA NA STANOWISKU

CZAS: 2 dni po 8 h dziennie

CENA: 350 PLN
300 PLN *

* tylko dla osób, które uczęszczają na zajęcia sekcji wspinaczkowych w AVATAR Centrala Ruchu

MINIMALNA ILOŚĆ UCZESTNIKÓW: 3 osoby

ZAPISY: kontakt@myavatar.pl
+48 733 434 332
w recepcji obiektu przy ul. Centralnej 51

AVATAR CENTRALA RUCHU
ul. Centralna 51, 31-586 Kraków
tel. +48 733 434 332
www.myavatar.pl
www.facebook.com/AvatarMyReality

