

Lezecký kurz DVA

Poznámka: Následující text je zkopírován ze stránek [Lezeckého Centra SmíchOFF](#).

Lezecký kurz DVA obsahuje 4 lekce po 2 hodinách, je určený pro mírně pokročilé lezce, kteří si chtějí prohloubit a rozšířit své zkušenosti z [lezeckého kurzu RAZ](#) nebo z kratší lezecké praxe.

Skupinový kurz (max. 6 účastníků) probíhá jednou týdně, ve stejný den a čas, nebo dvakrát týdně, v předem vypsanych termínech.

Podmínkou pro přihlášení do lezeckého kurzu DVA je znalost navazování na dvojitý osmičkový uzel, bezpečné ovládání jisticí pomůcky (kyblíku), vedení lana postupovým jištěním (lezení „na prvním“) a znalost základních lezeckých povelů.

Během lezeckého kurzu si rozšíříte znalosti a zkušenosti z předešlé lezecké praxe, zejména:

- zopakování pravidel bezpečného pohybu na umělé stěně, navazování, jištění a cvakání lana do postupového jištění, správná pozice jističe a aktivní jištění prvolezce, pozice lezce při cvakání expresek,
- nácvik chytání pádů top rope, u postupového jištění a nad ním, dynamické chytání pádů „falešným prokluzem“,
- technika lezení, lezení a padání v převisu,
- uzly v horolezectví, ochutnávka skalní metodiky (teoretická příprava na kurz TŘI)

Cena:

- skupinový kurz (max 6 účastníků) 1.800,- Kč
- kurz pro dvojici 5.800,- Kč

Cena zahrnuje instruktora, lano, jisticí prostředky, expresky pro nácvik zacvakávání lana, sedák, lezeckou obuv a vstupné na stěnu.

Lezecký kurz DVA plynule navazuje na [lezecký kurz RAZ](#).

Na lezecký kurz DVA plynule navazuje [lezecký kurz TŘI](#).

[Lezecké Centrum SmíchOFF](#)

From:

<https://kytka.instruktorlezeni.cz/> - Kytka

Permanent link:

<https://kytka.instruktorlezeni.cz/lezecke-kurzy-treninky-krouzky/lezecky-kurz-dva>

Last update: **19. 05. 2023 - 20:41**

