Navázání na sedací úvazek

V tomto doporučeném lezeckém výcviku se zaměříme na navazování na sedací úvazek.

Potřebné vybavení pro výcvik

- Lano
- Sedací úvazek

Požadavky, na již získané dovednosti

- Používání sedacího úvazku
- Osmičkový uzel

Znalosti získané výcvikem

- Správné navázání na sedací úvazek
- Správné navázání osmičkového uzlu

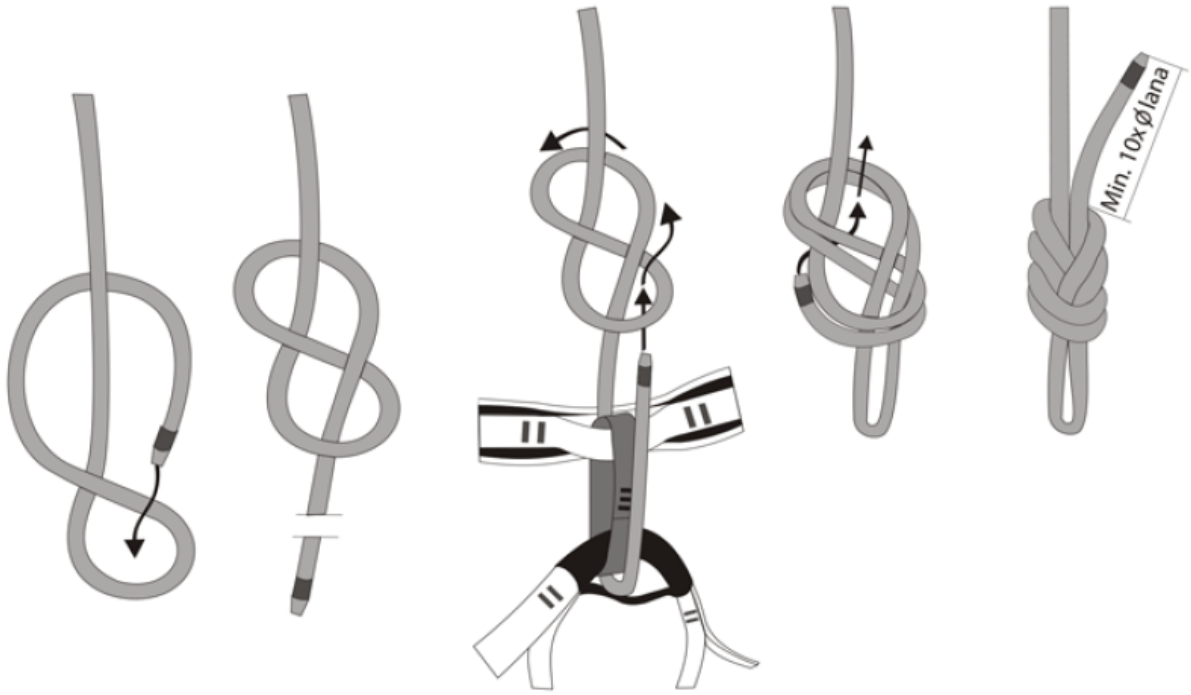
Tech-tipy

- Zkontrolovat správné a bezpečné oblečení sedacího úvazku
- Zkontrolovat správné uvázání osmičkového uzlu

Správné provedení



Doporučený postup provedení



Doporučení a rady, jak trénovat

- Dvojice, lezec a jistič se navážou každý na jeden konec lana a provedou partnerskou kontrolu. Při dodržení tohoto postupu a kázně cvičících je možné, aby instruktor vyučoval bezpečně více jak 4 dvojice cvičících.

Ověření znalostí a dovedností uchazeče

- Uchazeč prokáže správné předvedení navázání na sedací úvazek
- Uchazeč správně předvede a vysvětlí:
  - protažení lana sedacím úvazkem;
  - navázání osmičkovým uzlem.

Upozornění

Vždy při výcviku prostudujte manuály výrobce používaného materiálu. Tento materiál je pouze doporučením metodické komise ČHS a nenahrazuje doporučení výrobce lezeckého materiálu. Při zásadních rozdílech s tímto doporučením a manuálem výrobce je manuál výrobce důležitou částí výuky.

Vytvořeno Metodickou komisí ČHS | 24. 5. 2019

Osmičkový uzel, Uzel

From:
https://kytka.instruktorlezeni.cz/ - **Kytka**

Permanent link:
https://kytka.instruktorlezeni.cz/metodika-chs/navazani-na-sedaci-uvazek

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