

## Propozice ke kurzu Stavění cest, blok B, komerční stavění na stěně s lanem

**Datum konání:** 10.–11. 2. 2024

**Místo konání:**

[Lezecké centrum SmíchOFF](#)

Křížová 6, 150 00 Praha 5 – Smíchov

PARKING: v areálu placené parkoviště

**Vstupy na stěnu si účastníci hradí individuálně.**

**Je potřeba potvrzení nebo alespoň čestné prohlášení o zdravotní způsobilosti.**

**Časový harmonogram:**

Sobota: 10:00–20:00

Neděle: 10:00–20:00

S přestávkami, změna časového harmonogramu dle tempa výuky a aktuální situace vyhrazena.

**Lektorský sbor:**

[Jan Zbránek](#)

[Martin Jech](#)

## Datum konání a témata 10.–11. 2. 2024

### Sobota 10. 2. 2024

- Představení činnosti stavění cest
- Lezecké stěny – normy
- Vybavení pro stavbu cest
- Typy cest a empatie vůči lezci
- Bezpečnost

### Neděle 11. 2. 2024

- Postup při stavbě cest
- Údržba a opravy
- Bezpečný pohyb na laně, vytahování materiálů
- Stavba cest z lana
- Využití bouldrových prvků ve stavění
- Úprava cesty a možnosti úprav obtížnosti

### Povinné vybavení:

- sportovní oblečení, přezůvky
- lezečky, magnezium, stavěčská obuv
- osobní nářadí pro stavění (ideálně rázová a klasická vrtačka s nabitými baterkami, sada bitů imbus a torx 20)
- osobní sada pro stavění z lana dle možností (ideálně – úvazek, helma, slaňovací brzda, zachycovač pádu, polohovač, karabiny, kladka s blokantem, smyčky na nářadí)
- ochrana očí, ochrana sluchu, (žebřík není potřeba)
- psací potřeby, zápisník na poznámky

### Kontakt:

e-mail: [info@jmelano.cz](mailto:info@jmelano.cz)

Ondřej Švec, tel: +420 608 025 170

Martin Jech, tel: +420 774 705 954