

Zimný kurz základov VHT



Termín: 11. 2. – 13. 2. 2022

Miesto: Chata pod Suchým, Javorina, Malá Fatra

Zimný kurz základov VHT je určený pre záujemcov, ktorí ešte takýto kurz neabsolvovali a majú absolvovaný letný kurz základov VHT v roku 2020 a najneskôr v roku 2019. Radi privítame aj tých, ktorí majú záujem kurz si zopakovať.

Výcvik povedú inštruktori VHT (SVTS). Počet účastníkov kurzu na jedného inštruktora je max. 5 osôb.

Po úspešnom absolvovaní kurzu člen SVTS dostane známku o absolvovaní kurzu, nečlen SVTS dostane osvedčenie o absolvovaní kurzu.

Nocľah:

- zimný bivač (karimatka, spacák), stan
- možnosť prespať v chate (záujemca si vybavuje a hradí samostatne),
http://www.chatapodsuchym.sk/?xd_design=Rezervacia, tel: +421/918 523 200

Stravovanie:

z vlastných zdrojov alebo je možnosť stravovať sa aj na chate (záujemca si hradí sám)

Účastnícky poplatok: člen SVTS 15,-€ / nečlen SVTS 20,-€

- prevodom na č. účtu klubu: SK67 8330 0000 0021 0152 8137, v. s. 202202, do poznámky (správa pre prijímateľa) celé meno
- alebo uhradí účastník po príchode na chatu, v piatok po večeri

Výstroj:

- turistické teplé zimné oblečenie (aj na prezlečenie), rezervné rukavice + čiapka,
- prostriedky na varenie stravy v horách
- baterka alebo čelovka, turistické paličky, návleky
- lekárnička, píšťaľka, izofólia
- slnečné okuliare, opaľovací krém a masť na pery s ochranným faktorom

Výzbroj:

- sedačka (alebo celotelový úväz), hrudný úväz, 1 plochá slučka cca 2 m na spájanie sedačky a hrudného úväzu,
- prusik \varnothing 4-5 mm dĺžky 2,5 -3 m, 2 prusiky cca \varnothing 5-6 mm (1 a 2 m), 3 ks plochá slučka 70-240 cm, z toho minimálne 1 zošitá plochá nylonová slučka na odsedák 70-90 cm,
- zlaňovacia osma, („kyblik“, reverso, smart a pod.), min. 3 karabíny s poistkou, z toho min. 1 HMS karabína,
- horolezecká prilba, mačky, turistický alebo horolezecký čakan,
- ucelené skupiny (3-5 členov) vlastné dynamické horolezecké lano, 50-60 m impregnované,

Nepovinná výzbroj

- ľadovcová skrutka, firmová alebo snehová kotva,
- blokant (tibloc, žumar a pod.), kladka, prípadne samoblokujúca kladka (Microtraxion a pod.), 1-2 expresky,
- lavínová sonda, lavínový vyhľadávací prístroj, lavínová lopatka, sklonomer

Program:

Piatok 11.02.2022

- príchod, budovanie bivačov, postavenie stanov, pri vhodných podmienkach budovanie záhradov,
- po večeri o 19:30 hod zahájenie kurzu, praktické zopakovanie základných uzlov používaných pri VHT, teoretické základné informácie o bezpečnom pobyte a pohybe v horách v zimnom období, výstroj, výzbroj, núdzový bivač, plánovanie túry ...

Sobota 12.02.2022

- po raňajkách o 08:30 hod sa stretneme na Javorine (nad chatou pri stanoch a bivačoch),

- praktické ukážky a precvičovanie: naväzovanie na lano, lanové družstvo, chôdza v mačkách po firme a ľade, budovanie štandov, istenie, zachytávanie a brzdenie pádov, zlaňovanie, výstup po lane (prusikovanie), improvizovaná záchrana ... ukončenie o 16:00 ÷ 17:00 hod
- po večeri o 19:30 pokračovanie v teoretickej časti kurzu, počasie, druhy snehu, morfológia ľadovca, vznik lavín, záchrana z lavíny – kamarátska pomoc, zranenia v zimnom období a poskytnutie prvej pomoci ...

Nedeľa 13.02.2022

- ukončenie ubytovania, po raňajkách o 08:30 hod sa stretne na Javorine,
- pokračovanie praktickej časti kurzu, sklon a orientácia svahu, snehový profil a stabilita snehovej pokrývky, vyhľadávanie pomocou lavínového vyhľadávacieho prístroja, používanie lavínovej sondy ...
- 14:00 hod ukončenie kurzu, odovzdanie osvedčení a známok o absolvovaní kurzu.

Teoretická časť kurzu: priestory chaty (bar v suteréne),

Praktická časť: okolie Javoriny.

Účastníci, ktorí dlhodobo užívajú nejaké lieky (alergik, diabetik, osoba s kardiovaskulárnym ochorením ...), je potrebné, aby si lieky zobrali so sebou a informovali o tom organizátorov kurzu.

Všetkým účastníkom odporúčame uzavrieť poistenie na všetky tri dni konania kurzu, predovšetkým poistenie zásahu HZS. Členovia Alpenverein nemusia.

VYPLNENÚ PRIHLÁŠKU JE POTREBNÉ POSLAŤ DO 04.02.2022 NA e-mail: vkmf.prihlasky@gmail.com

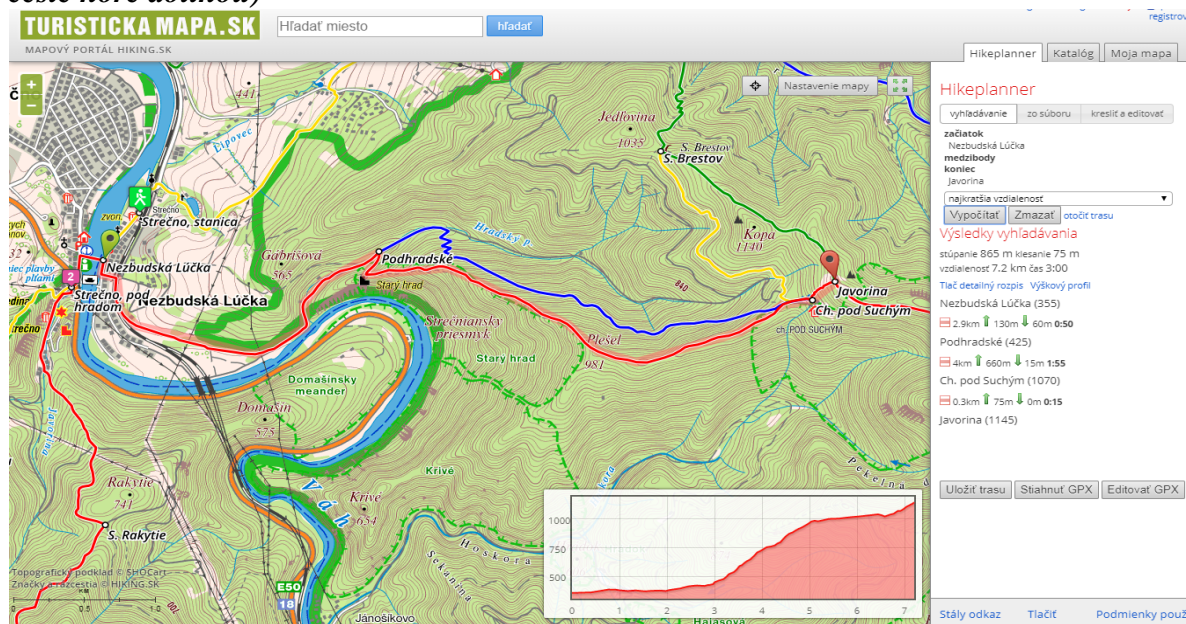
Informácie : mobil +421 911 869 697

Prístup:

vlak Žilina-Strečno_ Nezbudská Lúčka, bus Žilina-Strečno, auto,

-Nezbudská Lúčka-Podhradské-Starý hrad-Plešel-Ch. pod Suchým-Javorina (turist. chodník – červená značka)

-Nezbudská Lúčka-Podhradské (1/3 cesty po červenej značke)-Ch. pod Suchým (2/3 stále po lesnej ceste hore dolinou)



**Tešia sa na vás inštruktori VHT,
za VKMF Jožo Baník - BaJo**

Vysvetlivky: SVTS - Slovenský vysokohorský turistický spolok
VKMF - Vysokohorský klub Malá Fatra
VHT - vysokohorská turistika