



STOWARZYSZENIE
SŁUŻB
ANTYTERRORYSTYCZNYCH

1850 zł

SZKOLENIE WSPINACZKOWE

PODSTAWOWE

SZKOLENIE

Zapraszamy na podstawowe szkolenie wspinaczki skałkowej, prowadzone przez Olę Kosek, instruktorkę wspinaczki skalnej Polskiego Związku Alpinizmu, członkinię Kadry Narodowej, wielokrotną medalistkę Pucharów Europy, Pucharów Świata oraz Mistrzostw Europy we wspinaczce lodowej. Podczas tego szkolenia poznacie podstawowe techniki wspinaczkowe i zjazdowe oraz nauczycie się, jak w bezpieczny sposób poruszać się po skałach. Dołączcie do nas na Jurze Krakowsko-Częstochowskiej i przeżyjcie niezapomnianą przygodę wspinaczkową!

O NAS

Witamy w Stowarzyszeniu Służb Antyterrorystycznych IZER, organizacji, która od lat nieprzerwanie dąży do realizacji swojej misji: krzewienia świadomości narodowej, promowania wartości patriotycznych i obywatelskich oraz rozwijania umiejętności i wiedzy poprzez różnorodne formy edukacji i aktywności fizycznej.



**WSPÓŁPRACA ZE
SZKOŁAMI I KLASAMI
MUNDUROWYMI**

Współpracujemy z wieloma szkołami i klasami mundurowymi wspierając je w szkoleniach specjalistycznych.



**PROMOWANIE POSTAW
OBYWATELSKICH I
PATRIOTYCZNYCH**

Wspieramy i promujemy postawy patriotyczne, zainteresowania obronnością kraju.



**SZKOLENIA SPECJALISTYCZNE,
OBOZY SPORTOWE,
WARSZTATY**

Prowadzimy szkolenia specjalistyczne z wielu zakresów. Dysponujemy profesjonalnym personelem i wyposażeniem.





PROGRAM SZKOLENIA

Szkolenie teoretyczne:

- **Bezpieczeństwo na skałach** – zasady bezpiecznego wspinania, unikanie najczęstszych zagrożeń, właściwe przygotowanie do wspinaczki.
- **Podstawowy sprzęt wspinaczkowy** – omówienie najważniejszych parametrów sprzętu, atesty i ich znaczenie, prawidłowe zastosowanie, dobór sprzętu do potrzeb, na co zwracać uwagę przed zakupem.
- **Teoria asekuracji** – asekuracja górna i dolna, różnice, techniki i zasady działania.
- **Zagrożenia we wspinaczkę skałkowej** – omówienie typowych niebezpieczeństw, takich jak odpadnięcia, złe asekurowanie, zagrożenia związane z warunkami atmosferycznymi i terenem.
- **Podstawowe węzły wspinaczkowe** – nauka wiązania i zastosowanie węzłów takich jak: ósemka pojedyncza, ósemka powrotna, podwójna ósemka, kluczka, stoper, półwyblinka, wyblinka, flagowy, węzły zaciskowe. Zwijanie i przenoszenie liny.
- **Konserwacja i przygotowanie sprzętu** – jak dbać o sprzęt wspinaczkowy, jak go przechowywać, konserwować oraz kiedy konieczna jest wymiana poszczególnych elementów.
- **Dekalog wspinaczkowy** – etyka wspinaczkowa, odpowiedzialność wobec innych wspinaczy i środowiska naturalnego, zasady ochrony przyrody.
- **Wspinaczka w Polsce** – przepisy, zasady uprawiania wspinaczki w Polsce, omówienie systemu szkolenia i certyfikacji.

Szkolenie praktyczne:

- **Zakładanie sprzętu** – prawidłowe zakładanie upręży, kasku, oraz kontrola sprzętu przed wspinaniem.
- **Wiązanie się liną** – techniki wiązania się liną z zastosowaniem upręży, praktyczne ćwiczenie różnych węzłów.
- **Praktyczna znajomość węzłów** – nauka i doskonalenie węzłów wspinaczkowych w praktyce, w tym m.in.: ósemka, kluczka, wyblinka, stoper.
- **Samodzielne zakładanie punktów asekuracyjnych** – nauka zakładania i oceny punktów asekuracyjnych w różnych warunkach terenowych.
- **Wykorzystanie punktów naturalnych** – wykorzystanie drzew, skał i innych naturalnych elementów terenu jako punktów asekuracyjnych.
- **Obsługa przyrządów asekuracyjnych** – podawanie, wybieranie, hamowanie i blokowanie liny przy użyciu różnych przyrządów asekuracyjnych.
- **Podstawy techniki wspinania** – techniki wspinania w różnych formacjach skalnych, nauka stabilizacji ciała i ruchów.
- **Wspinaczka na wędkę** – wspinanie z asekuracją górną, zasady wspinania z wykorzystaniem wędki.
- **Zjazdy na linie** – nauka zakładania stanowisk zjazdowych, przygotowanie liny i sprzętu do bezpiecznego zjazdu po ścianie.
- **Wychodzenie po linie** – technika wychodzenia po linie w trudnym terenie z zastosowaniem odpowiedniego sprzętu.
- **Jumarowanie** – nauka techniki wychodzenia po linie przy użyciu przyrządu zaciskowego typu "jumar".





CERTYFIKAT

Po pozytywnym ukończeniu wszystkich modułów szkoleniowych, i po uzyskaniu pozytywnej oceny instruktorów, każdy uczestnik otrzyma certyfikat potwierdzający pomyślne ukończenie kursu.

LOKALIZACJA

Szkolenie wspinaczkowe odbywa się w niezwykle malowniczej Jurze Krakowsko-Częstochowskiej – prawdziwej mekce polskiej wspinaczki skałkowej. To wymarzone miejsce, aby stawiać pierwsze kroki w tej dyscyplinie, łączące piękno przyrody z doskonałymi warunkami do nauki.

Uczestnicy będą mieli wyjątkową okazję wspinać się po charakterystycznych wapiennych skałach w okolicach Rzędkowic, eksplorując słynne formacje skalne, takie jak Turnia Lechora, Okiennik Rzędkowicki, oraz wiele innych fascynujących ścian i dróg wspinaczkowych.

Po intensywnym dniu na skałach, nocleg zapewnia urokliwa Agroturystyka „Ostoja Jurajska”, gdzie w spokojnej atmosferze można zregenerować siły i wymienić się wspinaczkowymi wrażeniami. To idealne połączenie aktywnego wypoczynku, nauki i obcowania z pięknem Jury!

KADRA

Szkolenia wspinaczkowe organizowane przez Stowarzyszenie Służb Antyterrorystycznych IZER prowadzą doświadczeni instruktorzy, w tym byli żołnierze, weterani elitarnej jednostki wojskowej, a także funkcjonariusze służb mundurowych, takich jak policja, straż graniczna i żandarmeria. Nasi specjaliści to pasjonaci, którzy dzielą się swoją wiedzą i umiejętnościami zdobytymi w trudnych warunkach bojowych, a każdy z nich posiada odpowiednie uprawnienia do prowadzenia szkoleń, które są potwierdzone wieloletnią praktyką w dziedzinie wspinaczki. Dzięki ich kwalifikacjom uczestnicy mogą być pewni, że zdobędą nie tylko teoretyczną wiedzę, ale także praktyczne umiejętności niezbędne do bezpiecznej wspinaczki.

Nasi instruktorzy to:

kom rez. mgr Jarosław Orszulak

Wieloletni dowódca Zespołu Minersko-Pirotechnicznego Pododdziału Antyterrorystycznego Policji w Łodzi, Instruktor wspinaczki skałkowej i wysokogórskiej, ratownictwa z powietrza, ratownictwa speleologicznego.

Olga Kosek

Instruktor sportu o specjalności wspinaczka sportowa, Instruktor wspinaczki skalnej Polskiego Związku Alpinizmu, Członek Kadry Narodowej Polskiego Związku Alpinizmu, Wielokrotna medalistka Pucharów Europy, Pucharów Świata, Mistrzostw Europy we wspinaczce lodowej.

CENA SZKOLENIA

Cena szkolenia: 1 850 PLN

W cenę szkolenia wchodzi następujące elementy :

- Noclegi
- Posiłki 2 (śniadanie i obiadokolacja)
- Opieka instruktorska w trakcie zajęć
- Szkolenie teoretyczne z zakresu technik wysokościowych
- Szkolenie praktyczne

