

**KURZ SKIALP DO ŠKOL
PRAKTICKÁ ČÁST
Kouty nad Desnou 8.-9.1.2024**

1. den**Příprava vybavení:**

- převzetí a nastavení vybavení
- nácvik nastavování vázání pro výstup a sjezd
- nácvik lepení pásů
- seznámení s údržbou skialpového vybavení
- lavinový výcvik /dle podmínek/ suchý výcvik, nebo v terénu vyhledávání, sondování a kopání, seznámení s lavinovou nehodou základy jak se zachovat.

Příprava túry:

- vypracování trasy včetně výpočtu času, plán průchozích bodů, místa ústupu atd....
- předpověď počasí pro přípravu túry
- kontrola vybavení, Batoh a potřebné věci

2. den**Dopolední část**

- kontrola družstva
- nácvik nástup do vázání
- nácvik techniky výstupu
- nácvik techniky sjezdu na pásech
- nácvik otoček v prudkém stoupání

Odpolední část

- s ohledem na sněhové podmínky, výjezd lanovkou na horní stanici Medvědí hora
- túra směrem na Dlouhé stráně dle vypracovaného plánu
/ předpokládaná trasa výstupu 4 km, 300 v.m. /
- sjezd z Dlouhých stránek na horní stanici lanovky a po sjezdovce dolů.
- ukončení výcviku