

**KONKURS ZA POČETNIČKI ALPINISTIČKI TEČAJ – ZIMSKA TEHNIKA**  
**ISTIČEMO DA JE BAVLJENJE ALPINIZMOM AKTIVNOST VISOKOG RIZIKA OD**  
**POVREDA ILI SMRTI I DA UČESNICI MORAJU BITI SVESNI POSLEDICA KAO I DA**  
**PRIHVATAJU RIZIK NA SVOJU ODGOVORNOST**

Alpinistički Odsek Šabac (Gospodar Jevremova 9/1/9 Šabac) i PSD Železničar Šabac organizuju zimski početnički alpinistički tečaj na **Komovima od 14 03 do 22 03 2015 godine.**

Vođa tečaja i instruktor je Vojislav Škrbić Šeki iz Šapca - instruktor alpinizma i Gorski spasilac, predavač i pomoćni instruktor je Olivera Kačarević iz Šapca. U zavisnosti od broja učesnika tečaja organizatori će obezbediti dovoljan broj pomoćnih instruktora i vođa naveza (maksimalan broj učesnika je 20). U slučaju organizacionih i tehničkih probleme organizator zadržava pravo otkazivanja tečaja.

Skup učesnika tečaja je **14 03 2015 god. u Privatnim katunima( Jukića ) na Štavnama (Komovi)**, kada zvanično počinje tečaj (sopstveni prevoz do zbornog mesta). Cena smeštaja je 7€ dnevno za ležaj plus 0,5€ boravišna taksa počoveku. Hrana je iz ranca.

Kotizacija za tečaja je 120 €, plaća se po dolasku na zbornu mesto uz popunjenu prijavu. Učesnici su dužni da regulišu lično osiguranje.

Potrebna oprema: uže (na dvoje), cepin, dereze, četiri prusika dužine 4 do 5 m, kaciga, (ledni čekić, tri ledna klina, tri - četiri klina za stenu po mogućnosti), penjački pojas, osmica, tri - četiri karabinera, dva karabinera sa osiguračem, naočare za sneg (glečer brile), kamašne, dva para rukavica, podmetač, vreća za spavanje (za zimske uslove, bivač u snegu), oprema za bivačovanje, topla jakna (veston), čeon lamp, prva pomoć, sveće i šibice, primus, pribor za jelo, kesa za đubre, itd.

Program tečaja sastoji se iz teoriskog i praktičnog dela:

Teoriski deo:

1. Planinarstvo i planinarska organizacija
2. Alpinizam - istorijat i značaj
3. Istorijat planinarstva i alpinizma u Srbiji
4. Opasnosti u planinama - sa osvrtom na zimske opasnosti, lavine, mećava, strehe...
5. Priprema za uspon, uspon i ocenjivanje smeri, sa akcentom na zimske smeri (sneg, led i kombinovane smeri (miks) stena sneg led)
6. Meteorologija
7. Bivačovanje Orijentacija
8. GSS, organizacija GSS-a, organizovanje akcije spašavanja i prva pomoć
9. Oprema
10. Fiziologija, trening i ishrana
11. Ekspedicionizam i aklimatizacija na velikim visinama

Praktičan deo:

1. Kretanje sa cepinom i derezama slobodno uz strmu snežnu padinu, niz strmu snežnu padinu i prečenje strme snežne padine u levo i u desno.
2. Kretanje sa cepinom i derezama u navezi uz strmu snežnu padinu, niz strmu snežnu padinu i prečenje strme snežne padine u levo i u desno i izrada osiguravališta na strmoj snežnoj padini
3. Zaustavljanje prilikom poskliznuća na strmoj snežnoj padini sa cepinom
4. Zaustavljanje pada partnera na strmoj snežnoj padini u navezi
5. Spust niz uže preko ledenog klina (pečurke), preko cepina i lednog čekića (dva cepina)
6. Spust niz uže na steni i samospašavanje uz uže
7. Ledničko navezivanje i spašavanje iz ledničke pukotine - pokazno
8. Probijanje i prosecanje snežne strehe
9. Izrada bivaka u snegu (vučije jame) i noćenje u njima
10. Uspon na predvrh Koma Vasojevića (2250 m) po navezama i pristup na vrh Koma Vasojevića (2463 m) i silaz sa predvrha svih naveza po smeru "A" (Smerkeov vodič stene Jugoslavije)
11. Izrada improvizovanih transportnih sredstava
12. Vezivanje i upotreba čvorova

Prijave na e-majl [vskrbic54@gmail.com](mailto:vskrbic54@gmail.com) informacije i prijave kod Olivera Kačarević mob tel. +381(0)62252897 i Vojislava Škrbića +381(0)642094738