

## Програма на 3 дневен курс по ледено катерене 03–04. 02. 2018г.

Курсът ще се проведе на х. Рилски Езера или х. Скакавица, като лекциите ще се провеждат в петък и събота след практическите занимания по катерене.

- лекция “Опасности, свързани със зимното катерене в планината”
- лекция “Лична екипировка, начин на употреба”
- лекция “Техника на катерене”
- лекция “Лавинно - спасителна акция”
- лекция “Техника на осигуряване и слизане по ледени маршрути”
- лекция “Видове категоризации, използвани в леденото и Dry Tooling катерене”

### По време на курса ще научите:

- Придвижване по склон със и без котки и ледокоп.
- Падане и само задържане -видове.
- Основни осигуровки на сняг и лед.
- Техника на катерене по лед – забиване на сечивата и стъпване с котки.
- Техника на осигуряване по лед и движение по ръбове и кулоари.
- Опасности свързани с катеренето в снежна планина.



Необходима лична екипировка: топли дрехи по възможност с мембрана, шапка, ръкавици 2 бр., седалка, алпийски обувки с твърда подметка за котки, котки, очила, термос.

Планинска застраховка.

### Каската е задължителна

Цена **180 лв.** в цената е включена екипировката и обучението,  
( при минимум шест кандидати)

Цена за редовни членове на АПХ **150 лв.** на ден,

Водещи на курса са Тихомир Димитров и Момчил Дамянов.

**Уточнение – Трябва да бъдете на посоченото място на 02.02 - вечерта**