

Správa metodickej komisie za rok 2024

V roku 2024 klub usporiadal 8 metodických dní pre nových členov klubu.

1. 12.04.2024 Lezecká stena
2. 04.05.2024 MÚ – Deravá stena
3. 07.06.2024 MÚ – Dolná Gotická stena
4. 28.06.2024 MÚ – Stena Černokňazníkov
5. 27.07.2024 MÚ – sektor Neznáma
6. 05.10.2024 Lezecká stena – Skúška I
7. 09.11.2024 MÚ Školský sektor – Skúška II
8. 14.12.2024 Lezecká stena – Skúška III

Metodických dní sa zúčastnilo 22 nových členov.

Obsah skúšky 2024:

- Naväzovanie na lano
- Istenie spolulezca
- Zapínanie istení – Prvolezec
- Istiace statnovisko – Centrálné
- Zlaňovanie
- Preväzovanie v stene/borháku
- Viazanie uzlov
- Záchrana v jednodĺžkovej ceste -ukážka
- Používanie vklínencov -absolovanie ukážky

Záverečnú skúšku úspešne absolvovalo 18 členov klubu.

Pre pokročilých členov sme pripravili:

23.6.2024 Metodický deň – Lezenie pre pokročilých
- bohužiaľ nezúčastnil sa nikto

Na metodických dňoch sa podieľali inštruktori:

- Vladimír Valach - inštruktor III st.
- Petra Brožáková - inštruktor III st.
- Michal Jurdík - inštruktor II st.
- Miroslav Ďurovec - inštruktor III st.
- Filip Makay - inštruktor II st.
- Janka Kalasová - inštruktor II st.
- Michaela Špániková - inštruktor II st.
- Ivan Janoško - inštruktor II st.

Doporučenie pre rok 2025:

Rozdeliť metodické dni na dva celky.

- Základná metodika – určená pre nových členov klubu, ukončená záverečnou skúškou. Bude obsahovať metodiku lezenia na umelej stene a v jednodĺžkových športových cestách
- Pokročila metodika – určená pre členov klubu, ktorí majú absolvovanú základnú metodiku. Táto metodika by bola zameraná na lezenie viacdĺžkových ciest a prípravu na lezenie v horách v letných podmienkach.

V Trenčíne 10.04.2025

spracoval Vladimír Valach