

# Alpinistična šola Nova Gorica 2020

Alpinistični odsek Planinskega društva Nova Gorica vabi v alpinistično šolo vse ljubitelje visokih vrhov, strmih sten, gorskih brezpotij in vseh oblik gibanja v vertikali.

Gorsko okolje je čudovito, vendar neizprosno in neizkušnemu nemalokrat pokaže zobe. Zato vam želimo v alpinistični šoli predati znanja in izkušnje za samostojno in varno plezanje dolgih športnoplezalnih in alpinističnih smeri, zimsko gorništvo, turno smučanje, kombinirano plezanje, plezanje zaledenelih slapov in osvajanje najvišjih vrhov. Seveda pri nas dobite tudi dobro družbo, v kateri bodo omenjene aktivnosti še varnejše in bolj zabavne.

**Vabljeni na uvodni sestanek 23.10.2020 ob 19h v mali predavalnici 1 Primorskega tehnološkega parka v Vrtojbi ([Mednarodni prehod 6, 5290 Šempeter pri Gorici](#)).**

Udeležba na informativnem sestanku je za vpis v alpinistično šolo **obvezna**. V kolikor ravno na ta dan nimate časa, nas lahko osebno kontaktirate.

Glede na trenutno epidemiološko situacijo bo na sestanku obvezno upoštevanje higienskih in drugih priporočil v zvezi s COVID-19.

## **Kdaj:**

Šola bo potekala v treh delih:

1. ŠPORTNOPLEZALNI SKLOP: jesen 2020
2. LETNI ALPINISTIČNI SKLOP: pomlad 2021
3. ZIMSKI ALPINISTIČNI SKLOP: zima 2021/22 (osnove gibanja v zimskih razmerah januar 2021)

Predavanja bodo potekala ob petkih s pričetkom ob 19. uri, praktične vaje pa ob vikendih (okvirni datumi so objavljeni v programu šole).

## **Kdo:**

V šolo se lahko prijavite vsi, ki imate željo, voljo in čas za pridobivanje znanj o varnem plezanju in ostalih plateh alpinizma. Predhodne izkušnje niso potrebne.

## **Kaj dobim:**

Teoretična predavanja in praktične vaje, tekom katerih se boste naučili veščin varnega plezanja v plezališčih, plezanja v gorskih dolgih skalnih smereh ter plezanja in gibanja v zimskih razmerah. Podroben program je objavljen nižje na spletni strani.

V ceno so všteti vsi stroški prevozov na vaje in morebitnih nočitev, izposoja nekatere opreme, ki jo boste potrebovali za vaje (čelade, vrvi, kladiva, lavinska oprema,...) ter plezanje v telovadnici Milojke Štrukelj 1x tedensko.

**Cena:**

1. ŠPORTNOPLEZALNI SKLOP – 95,00 EUR
2. LETNI ALPINISTIČNI SKLOP – 110,00 EUR
3. ZIMSKI ALPINISTIČNI SKLOP – 110,00 EUR

Udeležencem s potrdilom o statusu študenta priznavamo 15% popust.

**Prijava:**

Zaželeno je prijavo preko spodnje povezave. Seveda se lahko prijavite tudi naknadno po informativnem sestanku, na katerem boste imeli možnost vprašanj.

Prijavnico izpolnite na povezavi: <https://forms.gle/QHBTKbJmW9P7gmS68>

Več informacij lahko dobite tudi na [mmikuz@gmail.com](mailto:mmikuz@gmail.com) ali 041 241 663.

**Program alpinistične šole:**

Program ali izvajanje šole se lahko zaradi optimizacije procesa, vremenske nepredvidljivosti ali ukrepov povezanih s COVID-19 spremenita.

23.10. 2020	petek	Informativni sestanek
-------------	-------	-----------------------

**Športnoplezalni sklop**

6. 11. 2020	Petek	Predstavitev plezanja + oprema	Predavanje 1
7. 11. 2020	Sobota	Osnove športnega plezanja	Vaja 1 (plezališče)
13. 11. 2020	Petek	Plezanje in trening	Predavanje 2
14. 11. 2020	Sobota	Plezalna tehnika	Vaja 2 (plezališče)
21. 11. 2020	Sobota	Plezalna tehnika 2	Vaja 3 (plezališče)
12. 11. 2020	Nedelja	Ponavljjanje	Vaja 4 (plezališče)
5. 12. 2020	Sobota	Izpit športnoplezalnega sklopa	Plezališče

Po prvem sklopu bodo po dogovoru izvedeni eno ali dvodnevni skupni športnoplezalni izleti.

## Zimski alpinistični sklop – samo osnove gibanja v zimskih razmerah

29. 1. 2021	Petek	Predstavitvev zimskega dela + oprema	Predavanje 1
05. 2. 2021	Petek	Nevarnosti	Predavanje 2
06. 2. 2021	Sobota	Gibanje v snežnih razmerah	Vaja 1 (Krnsko pogorje)

## Letni alpinistični sklop

5. 3. 2021	Petek	Predstavitvev letnega dela + oprema	Predavanje 1
12. 3. 2021	Petek	Letna plezalna tehnika	Predavanje 2
13. 3. 2021	Sobota	Letna plezalna tehnika 1	Vaja 1
19. 3. 2021	Petek	Priprava vzpona	Predavanje 3
20. 3. 2021	Sobota	Letna plezalna tehnika 2	Vaja 2
21. 3. 2021	Nedelja	Orientacija	Vaja 3
26. 3. 2021	Petek	Nevarnosti v gorah	Predavanje 4
27. 3. 2021	Sobota	Letna plezalna tehnika 4	Vaja 4
2. 4. 2021	Petek	Prva pomoč in GRS	Predavanje 5
3. 4. 2021	Sobota	Letna plezalna tehnika 5	Vaja 5
17. 4. 2021	Sobota	Izpit letnega dela	

V času prvomajskih počitnic bo v sklopu šole potekalo večdnevno skupno plezanje v Paklenici na Hrvaškem ali na podobni destinaciji (udeležba ni obvezna, cena nočitev in vstopnina nista vštet).

V poletni sezoni bodo potekali trije gorski dvodnevni plezalni tabori.

## Zimski alpinistični sklop

28. 1. 2022	Petek	Priprava na zimski del	Predavanje 1
30. 1. 2022	Nedelja	Zimska plezalna tehnika	Vaja 1
4. 2. 2022	Petek	Visoke stene in visokogorje	Predavanje 2
5. 2. 2022	Sobota	Zimska plezalna tehnika 2	Vaja 2
6. 2. 2022	Nedelja	Ledeni slapovi	Vaja 3
12. 2. 2022	Sobota	Ponavljjanje	Vaja 4
13. 2. 2022	Nedelja	Izpit zimskega dela	

Po končani šoli bo potekal zimski dvodnevni tabor.