

První nesmělé osahávání

ZAČÍT S LEZECKÝM SPORTEM JE IDEÁLNÍ V ZIMĚ

Kdo chce zkusit vytlačit svou tělesnou schránku do prvních vertikálních metrů, má během zimy vhodnou příležitost. V teple a pohodlí haly se může seznámit nejen se základními technikami lezení a bezpečnostními zásadami, ale třeba i skupinkou zkušenějších kolegů, s nimiž pak může na jaře vyrazit do terénu.

Při sbírání prvních zkušeností není od věci přidat se ke známým, kolegům nebo kamarádům, kteří už na stěnu chodí. Obavu ale nemusí mít ani ten, kdo ve svém okolí žádného „zaváděcího“ lezce nemá. Obsluha stěny pomůže s vypůjčením pomůcek a vybavení a následně poradí, jak na stěně začít. Velmi snadno se také stane, že poblíž lezoucí skupinka nabídne pomoc.

Nejjistější způsob, jak načerpat všechny potřebné informace a dovednosti, je ale zápis do kurzu. V ceně seznamovací lekce (řádově do 500 Kč) je několik hodin s asistencí instruktora, vstupné na stěnu a zápůjčka kompletního vybavení. Dobrý instruktor nikdy nevezme do jednoho kurzu z bezpečnostních důvodů více než čtyři začátečníky. Koho lezení zaujme, může se zapsat do desetihodinového kurzu lezení na umělé stěně. Absolvent bude schopný bezpečně zřídit jištění, „vyvádět“ cestu jako prvolezec a stoupat i slaňovat na vertikální stěně.

Většina lezeckých stěn nabízí i školíčky pro horolezecký „potěr“. Komu leze doma dítě po nabytku, má vynikající příležitost nechat ho „vyřádit“ v kolmých stěnách lezeckého centra. Samozřejmě pod dozorem. Někde jsou na děti přímo zařízení a mají k dispozici stěny s obrázky a místo záludných „skalních“ chytů se tu děti pídí vzhůru po motýlech, želvách nebo žábách.

Kam se dá dolézt?

Kdo „měl jednu skálu v ruce“, bude ho stoupaní kolmým terénem lákat čím dál víc. Umělá lezecká stěna zcela přirozeně budí zájem o skutečné, pravé skalní lezení. Drtivá většina skal vhodných ke sportovnímu lezení je v tuzemsku už zajištěna: na pískovcích čekají „kruhy“ a na vápencích „oka nebo borháky“, do kterých stačí jen „cvaknout“ vlastní expresku, vložit lano a lézt. Bohatě jsou k dostání podrobné průvodce skalními terény a prosperující lezecké stěny už před jarem dávají dohromady zájemce o kurzy skalního lezení v blízkém okolí. Na internetu se domlouvají skupiny lezců, kteří se třeba setkají poprvé až pod skálou.

Masově oblíbeným druhem lezeckého sportu, především v Alpách a Dolomitech, je výstup po zajištěných skalních cestách →

