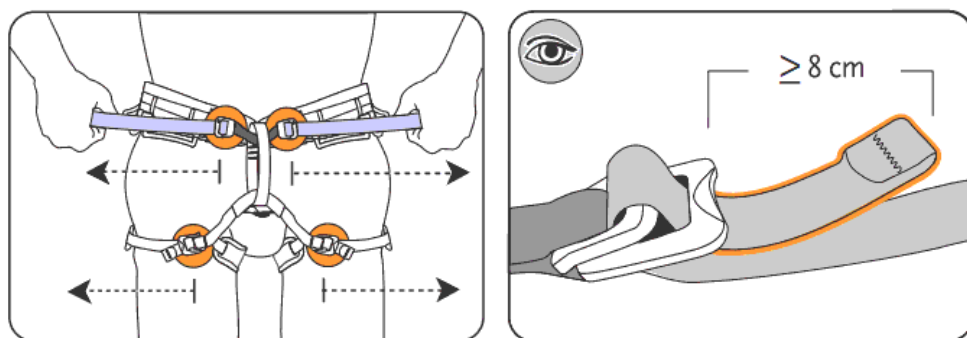
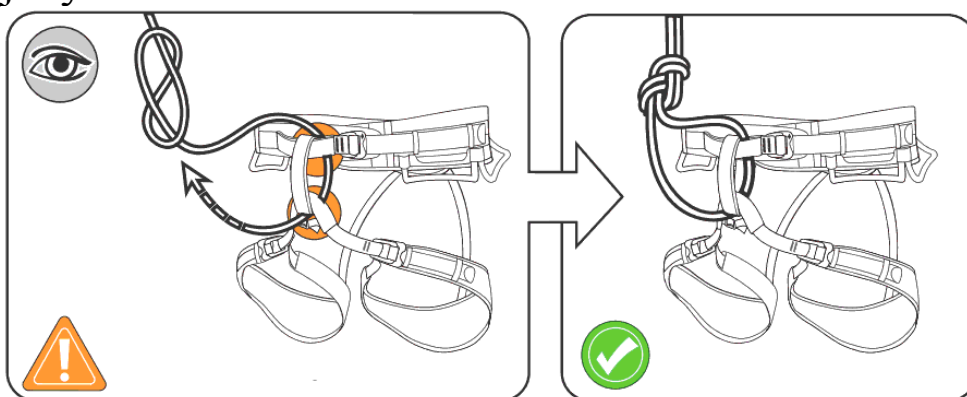


## Pravidla pro návštěvníky umělé stěny

1. Na stěně se pohybují vždy dvojice, lezec a jistící.
2. Lezec i jistící si navléknou úvazek a překontrolují jeho dotažení.

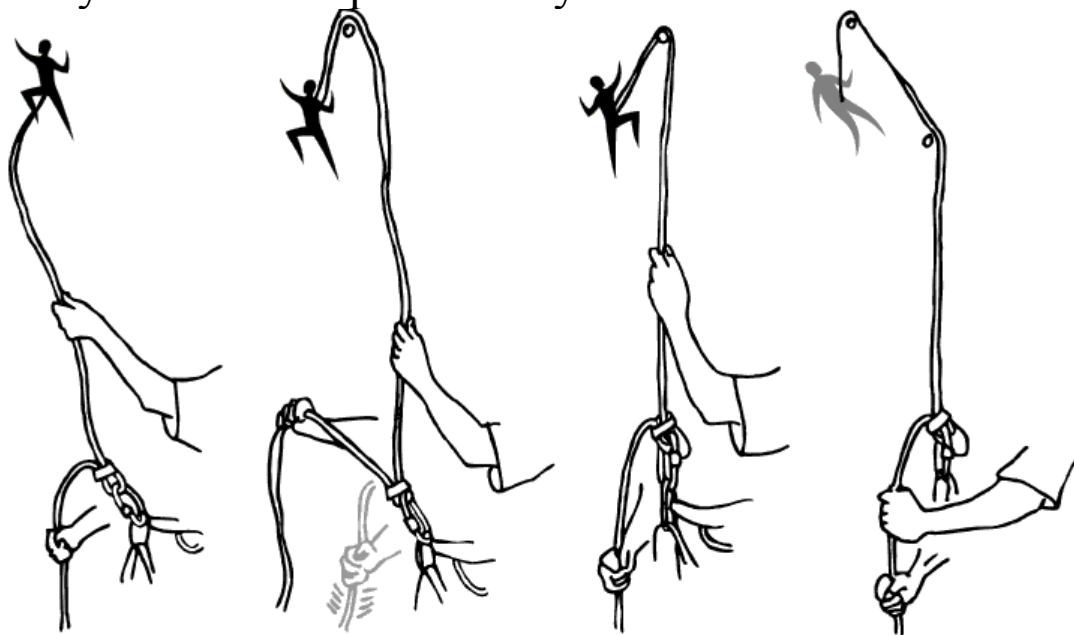


3. Lezec si upevní k úvazku jistící lano **osmičkovým uzlem**. Dbá na to, aby volný konec lana měřil nejméně 10 cm. Volný konec lana zajistí jakýmkoli uzlem.



4. Jistící založí lano do jistící pomůcky a pomocí karabiny se zámkem ji upevní ke svému úvazku. Překontroluje uzamčení zámku.
5. Lezec i jistící si navzájem překontrolují úvazek, upevnění jistícího lana a vedení lana jistící pomůckou.
6. Lezec i jistící přivolají správce stěny, aby překontroloval úvazky, jistící lano a jistící pomůcku.
7. Jistící zvolí správné místo pro jištění svého lezce (stranou pod lezcem, blízko stěny).
8. Jistící hlásí svému lezci „JISTÍM“ (aby lezec věděl, že je připraven k jeho jištění), lezec odpoví svému jistícímu „LEZU“ (aby jistící věděl, že vyráží na stěnu).

9. Jistící sleduje svého lezce očima, dobírá jistící lano tak, aby nebylo ani příliš prověšené, ani příliš napnuté. Má neustále na paměti, že nesmí za žádných okolností pustit volný konec lana.



**Obr. 1 – Povolování lana**

Brzdící ruka stále drží brzděné lano, vždy pod kyblíkem

**Obr. 2 – Dobírání lana**

Brzdící ruka táhne nahoru dopředu, bez přestání drží lano a po dobrání klouže po laně do výchozí polohy pod kyblíkem

**Obr. 3 – Stop**

Brzdící ruka je stále připravena na laně pod kyblíkem, v případě pádu sevře lano a spustí brzdící mechanismus

**Obr. 4 – Spouštění**

Obě ruce svírají brzděné lano pod kyblíkem, lano pomalu a kontrolovaně prokluzuje dlaněmi kyblíkem

10. Jistící komunikuje se svým lezcem (o rychlost postupu, o směru postupu, o komplikacích při jištění, ...).

11. Lezec komunikuje se svým jistícím (DOBER - o dobrání lana, POVOL – o povolení lana, o tom že se chystá odsednout do lana, o tom že očekává svůj pád ...).

12. Lezec na prvním konci lana využívá jako postupové jištění každý borhák ve svém dosahu.

13. Pokud chce být lezec spuštěn ze stěny, připraví se na spouštění a vydá svému jistícímu povel SPUSŤ. Jistící až po tomto povelu zahájí spouštění. Jistící drží při spouštění lano oběma rukama pod jistící pomůckou.

14. Lezec i jistící věnují maximální pozornost svému okolí, chovají se na stěně i pod ní ohleduplně k ostatním lezcům.

15. Všichni lezci se ke svěřenému materiálu chovají maximálně šetrně (nešlapou po lanech a úvazcích, ...). Každé poškození vybavení OKAMŽITĚ hlásí správci stěny.

16. Všichni lezci jsou povinni řídit se pokyny správce stěny.

***Zakazuje se stahovat lana z kruhů!***

***Zakazuje se používat na stěně venkovní obuv. To znamená, že každý bude mít přezůvky. Lezci nesmí lézt naboso.***

***Všichni účastníci s dlouhými vlasy si je musí svázat (např. gumičkou), odložit hodinky, prstýnky, velké náušnice.***

***Na stěně se nežvýká!***

**Závěr:**

Správce stěny po ukončení lezení zajistí zavěšení konců lan do pytlíků nad zemí, překontroluje karabiny (3), kyblíky (3) a uložení úvazků (6).

**Výjimka:**

Bez jištění se smí lezci pohybovat jen v nejnižší části stěny (nejspodnější stupy a chyty) při nácviku traverzů.