



SCHRONISKO PTTK PRZYSŁÓP POD BARANIĄ GÓRĄ

PODSTAWOWE KURSY SKITUROWE

SPRZĘT | TECHNIKA PORUSZANIA | TOPOGRAFIA



KURS 3-DNIOWY



INTENSYWNY
KURS WEEKENDOWY

PRZYSŁÓP SKITOUR ACADEMY

CZYM SIĘ WYRÓŻNIAMY



Doświadczona kadra, ratownicy, goprowcy, skiturowcy, alpinści himalaiści – **osoby z potężnym doświadczeniem praktycznym i szeroką wiedzą teoretyczną**, pasjonaci gór, osoby profesjonalne i zawodowo związane z górami.



Małe grupy 2-5 os. gwarantujące efektywną naukę oraz indywidualne podejście.



Kameralny rejon górski: bez tłoku, idealny do „zresetowania głowy” i obcowania z górami w sposób nieskrępowany.



Zróznicowane trasy: również dla osób o słabszych umiejętnościach narciarskich.



Schronisko jak żadne inne: pyszne jedzenie, estetyczne pokoje, niepowtarzalny klimat.



W przypadku kursów z elementami technicznymi niezbędny sprzęt w cenie (np. lawinowe ABC, kask, uprząż, liny itp.).

BESKID ŚLĄSKI

To bez wątpienia region, który warto odwiedzić zimą pod kątem skiturów! **Niepowtarzalne widoki** poczynszy do Beskidu Żywieckiego, przez Tatry, Małą Fatrę czy nawet Sudety w oddali. **Łagodność Beskidów, różnorodność tras z wariantami o różnych poziomach trudności** sprawia, że jest to teren atrakcyjny dla **osób o zróżnicowanych umiejętnościach narciarskich, także dla tych, którzy szukają łagodniejszych zjazdów.**



KADRA

NASI SZKOLENIOWCY

GRZEGORZ GAWŁOWSKI - RATOWNIK GOPR BESKIDY

Instruktor ratownictwa górskiego, przewodnik beskidzki, przewodnik wycieczek narciarskich, taternik jaskiniowy. Organizator licznych alpejskich wyjazdów, skiturowych. Zapalony biegacz górski. Miłośnik skiturów.

KRZYSZTOF KEMPNY

Instruktor skiturowy, wieloletni ratownik GOPR w stopniu Starszy Ratownik, skiturowe doświadczenie zdobyte od Beskidów przez Tatry po Alpy. Taternik jaskiniowy, członek klubu alpinistycznego KAGB GOPR. W wolnych chwilach jeździ na rowerze po górach.

GRZEGORZ MICHAŁEK

Narciarz skiturowy od 1990 roku, Instruktor GOPR Beskidy, alpinista, speleolog, żeglarz, nurek. Ulubiony żywioł - woda w każdej postaci :)

WOJCIECH TROSZOK

Narciarz skiturowy z 20-letnim doświadczeniem, uczestnik wielu alpejskich wyjazdów i szkoleń skiturowych. Ratownik GOPR, taternik jaskiniowy, członek klubu alpinistycznego KAGB GOPR.

KRZYSZTOF BANOT

Ratownik GOPR, taternik jaskiniowy, były zawodnik skialpinistyczny, międzynarodowy sędzia ISMF, instruktor narciarstwa o specjalności skiturowej. Swoje pierwsze narciarskie kroki stawiał właśnie na Baraniej Górze!



PODSTAWOWY KURS SKITUROWY

DLA KOGO

Jest to **pierwszy etap szkolenia** przeznaczony dla tych, którzy chcą poszerzyć swoją narciarską lub górską działalność zimową o narciarstwo wysokogórskie i pozatrasowe.

Szkolenie dedykowane jest dla osób o:

- **średniej kondycji** – w wolnym tempie dziennie będziemy pokonywać 5-8 km i ok. 500 m przewyższenia,
- **o minimum średnich umiejętnościach narciarskich** zjazdowych po przygotowanych trasach (umiejętność jazdy na nartach co najmniej po trasach czerwonych jest wymagana),
- **dla których będzie to pierwszy kontakt ze skituringiem.**

KURS SKITUROWY OBEJMUJE



PRAKTYKA

- Doradztwo w zakresie wyboru sprzętu.
- Obsługa sprzętu skiturowego.
- Efektywny ruch skiturowy.
- Robienie zakosów, pokonywanie stromych odcinków.
- Trawersowanie w skos stoku.
- Przepinania się do zjazdu.
- Wybieranie trasy podejścia i zjazdu.



TEORIA

- Podstawy skituringu: sprzęt, ruch, trasy, rejony.
- Zagrożenia i bezpieczeństwo w górach.
- Zachowanie w sytuacji zagrożenia.
- Pierwsza pomoc przedmedyczna.
- Specyfika Beskidów.
- Apteczka skiturowca.



3-DNIOWY KURS SKITUROWY

HARMONOGRAM

PIĄTEK



14:00-16:00

**SPOTKANIE
W WYPOŻYCZALNI**
dla chętnych



16:15-16:30

WYWÓZ BAGAŻY
spotkanie
na początku szlaku



16:30-19:00

**ZAJĘCIA
PRAKTYCZNE**
dojście do schroniska



20:00-21:30

WYKŁAD
przy „góralskim
grzańcu”

SOBOTA



08:15-09:00

SYTE ŚNIADANIE



10:00-14:00

**WYCIECZKA
SKITUROWA**
ćwiczenia praktyczne
w terenie



17:30-20:00

WYKŁAD
przy „góralskim
grzańcu”

NIEDZIELA



08:15-09:00

SYTE ŚNIADANIE



09:30-13:30

**WYCIECZKA
SKITUROWA**
ćwiczenia praktyczne
w terenie



ok. 15:00

ZAKOŃCZENIE KURSU
zwózka bagaży



Trasa wycieczek, dokładny czas trwania oraz ich dystans uzależniona są od aktualnie panujących warunków pogodowych oraz kondycji uczestników.

TERMINY

STYCZEŃ

**17-19
24-26**

LUTY

**14-16
28.02-2.03**

KOSZT

ZA OSOBE

1160 zł

Nie odpowiadają Ci terminy lub zakres szkolenia?

Zerknij na ofertę kursów zindywidualizowanych „szytych na miarę” Twoich potrzeb.



INTENSYWNY KURS WEEKENDOWY

HARMONOGRAM



Trasa wycieczek, dokładny czas trwania oraz ich dystans uzależniona są od aktualnie panujących warunków pogodowych oraz kondycji uczestników.

SOBOTA



08:00-09:00

**SPOTKANIE
W WYPOŻYCZALNI**
dla chętnych



09:15-09:30

WYWÓZ BAGAŻY
spotkanie
na początku szlaku



09:30-15:30

**ZAJĘCIA
PRAKTYCZNE**
dojście do schroniska



17:30-20:00

WYKŁAD
przy „góralskim
grzańcu”

NIEDZIELA



08:15-09:00

SYTE ŚNIADANIE



09:30-14:30

**WYCIEZKA
SKITUROWA**
ćwiczenia praktyczne
w terenie



15:30-17:30

WYKŁAD
przy „góralskim
grzańcu”



ok. 18:00

ZAKOŃCZENIE KURSU
zwózka bagaży

TERMINY

STYCZEŃ

**18-19
25-26**

LUTY

15-16

MARZEC

1-2

KOSZT

ZA OSOBE

990 zł

Nie odpowiadają Ci terminy lub zakres szkolenia?

Zerknij na ofertę kursów zindywidualizowanych „szytych na miarę” Twoich potrzeb.

CENA ZAWIERA

- **1 lub 2 noce w schronisku Przysłop pod Baranią Górą** w pokoju 6-osobowym wraz z pościelą (nocleg w pokoju 2 os. możliwy za dopłatą).
- **1 lub 2 x syte śniadanie** typu szwedzki stół.
- **4 godziny prelekcji** na temat podstaw skituringu i zasad bezpieczeństwa.
- **2 lub 3 dni skiturowania** ze szkoleniem podstawowym.
- **Opiekę przewodnika** ratownika GOPR.
- **Wywózkę i zwózkę bagaży** do i ze schroniska.
- **Ubezpieczenie NNW** na czas trwania kursu.

CENA NIE ZAWIERA

- **Dojazdu** na miejsce szkolenia.
- **Pozostałych posiłków** (wybór a'la carte).
- **Sprzętu skiturowego** (200-300 zł płatne w wypożyczalni).

KONTAKT

ZAPISY I SZCZEGÓŁY



schronisko@przyslop.pl



(33) 855 37 15

+48 532 434 747

dostępny w dni robocze
w godz. 08:30-14:30

OBSERWUJ NAS



[@schronisko_przyslop](https://www.instagram.com/schronisko_przyslop)



[@przyslop](https://www.facebook.com/przyslop)



www.przyslop.pl