

TEME **izpiti za alpiniste**

TEORETIČNI DEL:

1. Nevarnosti v gorah

- A. Gayl PLAZOVI
- M. Pavšek SNEŽNI PLAZOVI V SLOVENIJI
- P. Schubert NEVARNOSTI V GORAH
- P. Šegula SNEG LED PLAZOVI, NEVARNOSTI V GORAH
- T. Golnar ALPINISTIČNA ŠOLA

2. Prva pomoč

- J.A. Wilkerson MEDICINE FOR MOUNTAINEERING & OTHER WILDERNESS ACTIVITIES
- J.A. Wilkerson s sodelavci PODHLADITVE, OMRZLINE IN DRUGE POŠKODBE ZARADI MRAZA
- M. Derganc OSNOVE PRVE POMOČI ZA VSAKOGAR

3. Izrazoslovje in poznavanje gorstev

- B. Mlač in sodelavci PLANINSKI TERMINOLOŠKI SLOVAR
- F. Savenc in sodelavci NA VRHOVIH SVETA
- T. Golnar ALPINISTIČNA ŠOLA

4. Oprema in bivakiranje

- B. Mlač OPREMA ZA GORE IN STENE
- T. Golnar ALPINISTIČNA ŠOLA, AR

5. GRS

- Dr. E. Jenny RETTER IN GEBIRGE
- Dr. K.P. Gotzfried BERGRETTUNG – KAMMERADENHILFE
- F. Schmit NEVARNOSTI V GORAH, prevod F. Vogelnik
- GORE IN VARNOST zbornik, 3. in 4. posvetovanje, Poljče ne Gorenjskem, 1985 in 1986
- <http://www.grzs.si/>
- J. Brojan PRIROČNIK GRSS HELIKOPTERSKO REŠEVANJE V GORAH
- P. Šegula SNEG, LED, PLAZOVI
- PRAVILNIK GRZS
- PRIROČNIK ZA GORSKE REŠEVALCE GRSS
- STATUT PZS
- W. Munter LAWINENKUNDE

6. Orientacija

- T. Banovec TOPOGRAFSKI PRIROČNIK
- T. Golnar ALPINISTIČNA ŠOLA

7. Zgodovina alpinizma

- B. Mlač VELIKI PIONIRJI ALPINIZMA I., II., III. del
- T. Golnar ALPINISTIČNA ŠOLA
- T. Stojin OPIS ZGODOVINE GORNIŠTVA
- Več avtorjev PLANINSKI ZBORNIK OB 110. LETNICI SPD/PZS
- Zbornik Komisije za alpinizem SLOVENSKI ALPINIZEM I. 97, 98, 99, 2000, 2001-2003, 2003-2005

8. Prehrana

- B. Mlač PREHRANA V GORAH

9. Vreme

- F. Bernot VREMENOSLOVJE ZA PLANINCE, AR
- R. Reynolds VREMENSKI VODNIK
- T. Vrhovec VREME IN PODNEBJE V GORAH
- T. Golnar ALPINISTIČNA ŠOLA

PRAKTIČNI DEL:

Glej katalog znanj

- J. Bele PROTI VRHOVOM
- M. Kuhar VOJAŠKO GORNIŠTVO
- T. Golnar ALPINISTIČNA ŠOLA, TURNO SMUČANJE
- T. Škarja HOJA IN PLEZANJE V GORAH
- Več avtorjev (PZS) PLANINSKA ŠOLA, VODNIŠKI UČBENIK

KATALOG ZNANJ - praktični del

Izpiti za alpiniste

1. Vozli - izdelava, vpletanje, uporaba

- a) osmica
- b) bičev
- c) polbičev
- d) podaljševalni
- e) kravatni
- f) ambulantni
- g) prusikov
- h) francoski
- i) provizorični
- j) garda
- k) napenjalni
- l) kavbojski

2. Transport poškodovanega soplezalca (lažje poškodbe)

- a) sedeže iz glavne vrvi (s pomočjo palice ali brez)
- b) sedež z nahrbtnikom (s pomočjo palice ali brez)
- c) klic na pomoč (več načinov ter pisno poročilo o nesreči)

3. Prva pomoč - praktična naloga z zagovorom

4. Ledeniška tehnika

- a) ledeniška navezava (dveh ali več plezalcev)
- b) uporaba lednih vijakov
- c) reševanje iz ledeniške razpoke na več načinov

5. Zimska tehnika

- a) uporaba cepina in derez
- b) zaustavljanje s cepinom
- c) varovanje v snegu (načini, izdelava sidrišč)
- d) spust po vrvi (na dveh cepinih, ki jih povlečemo za sabo)
- e) iskanje zasutega s pomočjo plazovne žolne

6. Letna tehnika

- a) izdelava varovališča
- b) sporazumevanje naveze
- c) uporaba vmesnih varoval (pravilno nameščanje in vpenjanje)
- d) reševanje padlega (prvega v navezi - zapleteni položaj):
 - fiksiranje vrvi po padcu
 - po potrebi izdelava boljšega sidrišča in prenos bremena
 - vzpon ob samovarovanju do varovala, ki je obdržalo padec
 - izdelava sidrišča in prenos bremena nanj
 - spust do prvega sidrišča, razbremenitev vrvi, ponovni vzpon do novega sidrišča
 - spust do padlega s pomočjo škripca (nudenje PP)
 - vrnitev na sidrišče in izvedba dviga s pomočjo švicarskega ali dvojnega škripca
 - teoretična obrazložitev prehoda na spuščanje (osmica, polbičev vozeli)
 - izdelava sidrišča za spust po vrvi
 - spust po vrvi s ponesrečencem
- e) spust po vrvi s prehodom v samoreševanje
- f) spust po vrvi s pomočjo Dülferjevega sedeža.