

# Základní zásady lezení na umělé lezecké stěně

## LEZECKÉ DESATERO

1. Stěna smí být používána pouze pod dozorem vyškoleného cvičitele.
2. V každém pruhu stěny (šíře 1,2 m) smí lézt pouze jeden lezec.
3. Na stěně je dovoleno lézt pouze ve vhodné obuvi, která nepoškozuje stěnu (lezecká obuv, tenisky apod.).
4. Lezení na stěně bez jištění je povoleno pouze do úrovně prvního jištění.
5. Při lezení s horním lanem, musí být lano provlečeno řetězem popř. musí být použita karabina se zámkem.
6. Při postupovém jištění (lezení odspodu) je zakázáno vynechávat jistící body ve směru výstupu.
7. Osoby, které nelezou ani nejistí, se nesmějí zdržovat v prostoru pod stěnou.
8. K jištění je povoleno používat pouze schválené jistící pomůcky.
9. Pokud lezec zjistí jakoukoliv závadu na stěně, je povinen o tom neprodleně informovat dozor.
10. Při lezení s horním lanem (Top Rope) musí být procvakána všechna postupová jištění ve směru výstupu. Lezec si při výstupu tato jištění vycvakává. Toto pravidlo platí pro, převislé části stěny.