

LEZENIE je krásny, ale nebezpečný šport.

Lezenie delíme na: alpské lezenie, skalolezectvo, lezenie na umelých stenách, lezenie na ľadoch, bouldering, mixové lezenie...



Bouldering: bouldering je najzákladnejším a najlacnejším druhom lezenia. Hlavnou pointou boulderingu je vymýšľanie bouldru ciest (prelez ciest) a samotný ich prelez (boulder). Čím náročnejší boulder preleziete tým máte viac „bodov“ zo stupnice. Stupnica (hodnotenie ciest) je: sazská, U.I.A.A., francúzska... Stupnica pre bouldering

je Francúzska v rozsahu Fb 1-2 až Fb 8c+. Na bouldering je potrebná táto výstroj: lezečky (lezecké topánky) od 990sk do 3990sk, vrečko s magnéziom od 350 do 700 Sk a boulder matka od 1500 do 4000 Sk. Bouldering sa lezie na malých skalkách do 8m a hlavne „free“ (bez istenia).

Lezenie na umelých stenách: hlavnou myšlienkou lezenia na umelých stenách je vylezenie určitej cesty. Umelé steny sú určené na tréning, preteky... Výstroj: lano, sedačka, karabiny, istiace pomôcky, expresy - môžu aj nemusia, lezky - cena od 8000 až 15000 Sk.



Skalkárstvo: veľmi populárny druh lezenia, pri ktorom ste v prírode, leziete na vyistené (ale aj na nevyistené

skalky), skalky by mali byť maximálne do 50m, tak aby istič bol na zemi a istil lezca. Hlavnou úlohou je samozrejme vyliezť čo najťažšie cesty, ale aj liezť ľahšie cesty za účelom oddychu, vychutnania si lezenia. Výstroj - najzákladnejšia od 13000 Sk a komplet výstroj od 35000 Sk. Hodnotí sa stupnicou UIAA, rozsah obtiažnosti ciest III - až XI+. Od VII sa rozlišujú rekreačný a profesionálni lezci.

Lezenie na ľadoch: lezenie na ľadoch je čisto zimný druh lezenia (aj keď lezie sa aj v lete na umelo vytvorených stenách). Princíp je taký istý ako pri skalkárstve, len s tým rozdielom, že musíte mať zimné oblečenie, čakany (od 6000sk), mačky (od 3000sk) a ľadovcové šrúby (5ks:od7500sk). Veľký rozdiel je v tom, že pokiaľ pri skalkárstve leziete na vyistené cesty, pri lezení na ľadoch leziete na ľadopády (zamrznuté vodopády), istenie si robíte sami tak, že navrtaváte ľadovcové skrutky. Hodnotí sa stupnicou WI1-WI8, pričom IW5 znamená dlhé úseky vo vertikále. Podľa istého časopisu je lezenie na ľadoch 7. najnebezpečnejší šport na

svete.

ALPSKÉ LEZENIE: horolezectvo je najnebezpečnejším, najdrahším, najnáročnejším a najadrenalinovejším druhom lezenia. Samozrejme, že je kráľom lezenia. Ako sa lezie? Alpské lezenie sa lezie na skalách (štitoch, horských stenách), ktoré majú minimálne 60m, pričom extrémny sú asi 1300m cesty. U nás v Tatrách sa lezie zhruba 150-800m steny. Máme ich tu nekonečný počet, ale málo kto sa odváži na tento druh lezenia. Lezie sa s postupovým istením (po štandoch). Štandy - pevne nabité - (nabité horskou službou) asi 10cm nity, asi po 45m, najčastejšie dve, na ktorých visia lezci (pri lezení istič). Hlavným cieľom je vylezenie určitej cesty. Vylezenie trvá od 1hod. po niekoľko dní. Predstavte si koľko treba odvahy, aby ste vy a váš kamoš viseli na stene zhruba vo výške 300m nad zemou na DVOCH skobách. Tie keď sa odtrhnú... Už len volať horskú službu, zobrať lopaty a ísť zbierať... Keď vyleziete prvú dĺžku (cca 45m) urobíte štand (cvakne sa do nitov, a urobíte štand), môže za vami liezť druholezec. Potom si vymeníte miesta a leziete ďalej... Až kým nevyleziete hore. Pozor, tých 45m, ktoré leziete k štandu leziete na svojom istení!!! Preto je tak nebezpečné, lebo ak spadnete a vytrhne sa s vami VAŠE istenie (čok, friend...) a potom ďalšie a ďalšie, už vám nič nepomôže. Výstroj: čoky, friendly, expresy - všetko zhruba po 15ks, lezečky, sedák, magnéziom, prilba, prsák (veľmi dôležitý, lebo ak spadnete čo i len 20m a nebudete ho mať uviazaný na prsiach, zlomí sa vám chrbtica...), tej výstroje je strašne veľa, cena od 35000 do 120000 Sk. Stupnica obtiažnosti - UIAA, pričom lezci, ktorí na skalkách lezú VII, pri Alpskom lezení, lezú V+. Ľudia si často myslia, že alpské lezenie je horolezectvo, mýlia sa. Horolezectvo sú expedície (Pamír, Himaláje...)



Kde sa tu v okolí Popradu dá liezť?

BOULDERING: Iodenica, Nová Lesná, Kežmarok, Tatranská Lomnica

SKALKARSTVO: Lučivná, Tatranská kotlina, Dreveník, Tomašovský výhľad

ĽADY: Tatry - Kaskády, Kôpky, Sopleľ, Grószove ľady, Veverkáč, Trenažér...