

GENERÁLNÍ PARTNER APUL:



LAVINOVÉ KURZY APUL

Bezpečnost na horách patří mezi základní znalosti a dovednosti každého instruktora. Vyšší úroveň pak představuje bezpečnost mimo sjezdovky, která je tématem kurzů Laviny 1 & 2. Zeptali jsme se účastníků na jejich dojmy a zážitky z těchto kurzů, jež se každým rokem konají v rakouském Söldenu pod vedením horských vůdců Karla Kříže a Pepka Milfajta – borců, kteří horskou hantýrkou „vědí, kde mají včely med“.

JAN ŠTURMA

Instruktor lyžování z Beskyd. Působil na Bílé v Beskydech a v Niseku v Japonsku.



S jakými očekáváními jsi na kurz Laviny 1 jel a nakolik se naplnila?

Abych pravdu řekl, na kurz jsem jel bez očekávání. Chtěl jsem si odpočinout od učení a užít trochu offpistu. O to víc jsem byl překvapen, kolik informací nám lektori předali. Podmínky nám vyšly taky skvěle, takže po týdnu přášení jsem ze Söldenu odjížděl s úsměvem na tváři. Laviny 1 hodnotím jako zatím můj nejlepší absolvovaný kurz od APUL.

Po jaké době Tě na kurzu začala pálit stehna a jakou fyzickou přípravu bys lidem, kteří o kurzu uvažují, doporučil?

Před kurzem jsem stál téměř každý den na lyžích, takže se nějaké větší pálení stehien nedostavilo. Rozhodně bych to ale nepodceňoval. Některé terény jsou prudké a nemůžete zastavit uprostřed kuloáru, abyste si vydechli, protože tím můžete ohrozit celou skupinu. Takže jestli se flákáš, raději začni pořádně dřepovat!

Dal sis během kurzu svou životní lajnu v prašanu?

Nevím, jestli byla životní, ale radí se určitě do top 5. Sjížděli jsme z Tiefenbachu offpistem do vesnice v údolí, kde byly otevřené pláne s čerstvým prašánkem. Tam jsme si to moc všichni užili, včetně lektorů.

KATEŘINA KOLÁŘOVÁ

Instruktorka lyžování ve švýcarském Zermattu. Ráda se pohybuje ve svém flow, do kterého jí dopomáhá čistá příroda, lyže, bike i voda.



Jak hodně kurz změnil Tvé chování ve volném terénu?

Naprosto. Člověk má mít k pohybu ve volném zasněženém terénu respekt, ale u mě to byl před kurzem ochromující strach. Na kurzu jsem pochopila určité zákonitosti, Karel Kříž nám vštípl, čeho si všimát a jak se chovat v závislosti na podmínkách, sklonu a orientaci svahu. Porozumění, jaké bezpečnostní zásady dodržovat a eliminovat tak míru rizika, mi dodalo větší sebejistotu i uvolnění a i díky kurzu si každý den ve freeridu užívám čím dál víc.

Nejlepší zážitek z kurzu?

Po tom, co jsme sjeli žlab Krumperine, jsem si posunula hranice toho, co to je prudký svah. Taky si pamatuji ten pocit spokojeného chvění po těle, když jsme luxusním terénem sjeli 1 600 metrů výškových. Moc ráda vzpomínám i na skvělou atmosféru, jež se linula kurzem.

Chystáš se na kurz Laviny 2?

Určitě. Ráda bych posunula svoje limity, kam se v zasněžených horách podívat. Kromě zjištění nových informací a posouvání vlastních hranic se na APUL kurzech člověk pozná i se spoustou zajímavých a fajn lidí. A kde jsou prima sportovci, tam se užije spousta dobrodružství. Moc se na to těším.

PETR NOVOTNÝ

Instruktor lyžování a telemarku se slabostí pro boule a freeride.



S jakými očekáváními jsi na kurz Laviny 1 jel a nakolik se naplnila?

Byl to pro mě poslední kurz potřebný k získání ISIA známky a samozřejmě jsem očekával prohloubení dovedností ve volném terénu, skvělou partu a hlavně parádní lajny v Söldenu.

Pepek s Karlem tam znají snad každý kout, o to byly dny pestřejší a smysluplně využitě. Kurz očekávání předčil, byl to super týden v prašanu.

Jak hodně kurz změnil Tvé chování ve volném terénu?

Začal jsem víc pozorovat, analyzovat prostředí, ještě podrobněji sledovat dlouhodobě počasí a sníh v určitých lokalitách. A trochu se uklidnil a obrnil proti „prašánové horečce“. Riziko je tam vždycky, důležité je ho minimalizovat.

Chystáš se na kurz Laviny 2?

Na Laviny 2 se už moc těším. Je to zase vyšší meta, možnost strávit čas na horách s kamarády, navíc pod vedením horských vůdců a ještě u toho nabýt znalosti a dovednosti k získání Euro Sécurité. Takže jasná volba.

MICHAEL TUREK

Lýžařský a telemarkový lektor APUL s 20 sezónami zkušeností z Japonska, Nového Zélandu, Austrálie, Rakouska a ČR. V současnosti trenér alpských disciplín.



Co je obsahem kurzu Laviny 2?

Kurz samozřejmě svým obsahem navazuje na Laviny 1. Ale co je důležitější, tak předpokládá znalost všeho, co se na „jedničkách“ řeší. Na Lavínách 2 se bere praktický i teoretický obsah Lavín 1 jako samozřejmost a staví se na něm. Plus nachozené km na pásech. Dvojka je totiž i o tom, jak a kudy nahoru. Všichni účastníci kurzu si postupně zkusí plnohodnotnou roli guida, od studie předpovědi počasí a lavinové situace přes výběr trasy výstupu i sjezdu po celkovou taktiku i strategii celého dne. Prostě se na celý den staneš guidem a vedeš skupinu. S tím luxusem, že jako „tail“ je skutečný horský vůdce a celé to z pozadí a police klienta jistí.

Máš nějaké srovnání s podobnými kurzy v zahraničí?

Absolvoval jsem několik workshopů v zahraničí s podobně pokročilou tematikou. V Japonsku jsem se zúčastnil kanadských workshopů a v Austrálii jsem měl možnost koukat pod ruce australských odborníků. Cíl je vždy stejný. Bezpečný zážitek pro všechny účastníky s optimalizací všech rizikových faktorů. Ale rakouský Sölden, špičky v oboru – Karel Kříž nebo Pepek Milfait v pozici guidů, to lze těžko srovnávat. Kurz Laviny 2 kopíruje evropské standardy Euro Sécurité a tomu také odpovídá jeho celková úroveň.

Jak bys na stupnici od 1 do 10 ohodnotil celkovou úroveň a atmosféru kurzu?

Asi někde mezi 9,5 a 9,9 ... Do těchto limitů spadají všechny moje oblíbené kurzy – třeba A1 nebo telemark. Parádní zážitek byl samozřejmě dán i skladbou celé skupiny. Historicky první absolvent Lavín 2 na splitu a snowboardový lektor APUL, dále lyžařský lektor-aspirant APUL, průvodce a znalec japonského prašanového lyžování, absolventka A1 s mnoha lety zkušeností ze zahraničí a moje malíčkosť (historicky jeden ze dvou absolventů Lavín 2 na telemarkových lyžích). Koktejl míchal Pepek Milfait.

TOMÁŠ KORBÁŠ

Snowboardový lektor APUL od roku 2011, instruktor a průvodce mimo ledovce.



Co bylo během kurzu Laviny 2 nejtěžší?

Fyzicky byl kurz náročný, ale dá se to zvládnout, když máte alespoň něco natrénováno. Se splitboardem je člověk trochu v nevýhodě, občas si více šlápne nahoru, protože nedojede tak daleko jako lidi na skialpech. Transformace na stoupání nebo sjezd trvá taky déle než lyžařům, kterým odpadá manipulace s vázáním a samotnou deskou. Dalším strašákem byl také samotný Fitness-test, který byl podmínkou pro úspěšné absolvování kurzu. Vzpomínám, jak jsem se řítit dolů z vrcholu kopce s pásy a hůlkami v ruce, abych ušetřil čas a splnil tak časový limit.

Nejsilnější zážitek během kurzu?

Na kurzu jsem bydlel na parkovišti v dodávce mimo Sölden, takže to bylo dost na divoko. Auto ale topilo a botičky i pásy jsem měl na každý den vysušené. No a samozřejmě se nějaký adrenalin vyplavil i při výstupech, kdy na některých místech bylo již nutné, k zajištění bezpečnosti, použít cepíny, sedáky a další lezecké vybavení.

Co dál? Laviny 3 už v nabídce nejsou...

V návaznosti na kurz Laviny 2 by se mi líbilo zvýšit si své znalosti v oblasti práce s lany. Např. jištění a vyproštění raněného, což souvisí se záchranou v divoké přírodě. Není totiž v každé horské oblasti samozřejmostí, že vás ze špatně nedostupných míst bude mít kdo přijít zachránit. Na takových místech zodpovědnost za vaši bezpečnost leží zcela jen ve vašich a partákových rukách.

Přihlášky na lavinové kurzy APUL, lyžařské kurzy v Söldenu a snowboardový Projekt Kaprun naleznete na našem webu apul.cz.

ČLENSKÉ LYŽAŘSKÉ ŠKOLY APUL: GARANCE KVALITY PRO KLIENTY, GARANCE DOBRÉ PRÁCE PRO INSTRUKTORY APUL



Kontakty na www.apul.cz