

## Sprawozdanie ze zgrupowania drytoolowego Kadry Narodowej PZA w Rzeszowie.

W dniach 28-30 października 2022r. na ścianie Rzeszowskiego Klubu Wysokogórskiego – Peron Baltoro odbyło się zgrupowanie drytoolowe dla członków kadry narodowej PZA. Zgłosiło się 7 osób, łącznie z instruktorami udział wzięło 9 osób. Do dyspozycji członków KN była sala wykładowa z rzutnikiem oraz ścianka drytoolowa RKW z chwytami zawodniczymi oraz możliwością używania raków lub rakobutów oraz czekanów, co pozwalało dość dobrze odzwierciedlić warunki panujące na zawodach.

Wykłady (piątek i sobota) obejmowały następujące zagadnienia: charakter wspinania na sztucznej ścianie, chwytów zawodnicze i sposoby ich łapania, przepisy na zawodach, przygotowanie sprzętu, ostrzenie zębów i ostrzy do dziab, ćwiczenia wzmacniające w treningu DT i unikanie kontuzji, rysowanie schematu drogi z późniejszym jej przejściem. W niedzielę w ramach zgrupowania odbył się kontrolny start w zawodach drytoolowych z zachowaniem zasad obowiązujących na imprezach Pucharu Lodowego UIAA. Wykłady prowadzili: W. Radzik i A. Nowak.

Składamy serdeczne podziękowania dla Ministerstwa Sportu i Turystyki oraz Polskiego Związku Alpinizmu za dofinansowanie zgrupowania.

Z taternickim pozdrowieniem,

Jan Mondzelewski



Zawody drytoolowe, fot. Kuźnia Szpeju.



Zawody drytoolowe, fot. Kuźnia Szpeju.



Wykłady, fot. Kuźnia Szpeju



Ćwiczenia, fot. Kuźnia Szpeju