

Uczestnicy GM: Karol Legaszewski, Wojtek Taranowski, Wojtek Szulc, Michał Czech, Zuzia Banaś, Paweł Migas

Kadra instruktorska: Adam Pieprzycki, Mariusz Nowak, Robert Rokowski, Jan Kuczera

Termin: 17-21.02.2015

W dniach 17-21.02.2015 odbyło się zgrupowanie Grupy Młodzieżowej PZA w Morskim Oku. Celem było doskonalenie umiejętności wspinaczki zimowej w Tatrach. Na zgrupowaniu obecna była Dominika Zapotoczna, która prowadziła zajęcia z zakresu psychologii sportu i relaksacji.

Pierwszy dzień poświęciliśmy na naukę i przypomnienie podstaw poruszania się po stoku, hamowania czekaniem i korzystania z lawinowego ABC. Pokazane i omówione zostały stanowiska w śniegu oraz asekuracja z ciała. Wieczorem odbyły się zajęcia z Dominiką, które pomogły nam lepiej się poznać i zrelaksować.

1. Stanowiska w śniegu.



2. Asekuracja z ciała.



Następnego dnia celem były krótkie drogi na Progu Mnichowym. Zrobione zostały takie drogi jak Rysa Strzelskiego (Jan Kuczera, Wojtek Szulc), Wesolej Zabawy (Mariusz Nowak, Michał Czech) oraz Kular Kurtyki (Adam Pieprzycki, Karol Legaszewski, Zuzia Banaś). Wieczorem zostały omówione błędy popełnione przez podopiecznych, oraz udzielono nam wielu cennych wskazówek odnośnie asekuracji i bezpieczeństwa. Dodatkowo Dominika przekazała nam wiele ciekawych informacji na temat motywacji do wspinania i radzenia sobie w stresujących sytuacjach.

3. Karol Legaszewski na Kularze Kurtyki



Następnego dnia jeden zespół poszedł się wspinać na Kazalnicę Cubryńską, gdzie zrobiona została droga Jagiełło-Roj (Jan Kuczera, Karol Legaszewski, Wojtek Taranowski), a dwa pozostałe zespoły (Mariusz Nowak, Zuzia Banaś, Michał Czech oraz Adam Pieprzycki, Paweł Migas, Wojtek Szulc) zrobili Drogę Korosadowicza na Kazalnicy.

4. Wojtek Taranowski na Jagiełło-Roju



Kolejnego dnia pokonane zostały takie drogi jak Cień Wielkiej Góry (Robert Rokowski, Paweł Migas, Zuzia Banaś), Korosadowicz (Jan Kuczera, Karol Legaszewski, Wojtek Taranowski) oraz Kuluar Kurtyki (Adam Pieprzycki, Mariusz Nowak, Michał Czech, Wojtek Szulc). Wieczorem poza relacją i rozciąganiem z Dominiką odbył się wykład na temat zakładania przelotów, budowy stanowisk i taktyki w górach. Omówione zostały błędy które popełniamy i dostaliśmy wiele różnych świetnych patentów będących efektem wieloletniego doświadczenia naszych instruktorów.

5. Prawidłowo zbudowane stanowisko i Wojtek Taranowski na Korosadowiczu



Następnego dnia warunki uległy pogorszeniu. Gwałtownie się ociepliło i zaczęło mocno wiać. Prognozy na następne dni nie były zbyt optymistyczne i podjęta została decyzja o zakończeniu zgrupowania. Na wspólnych zajęciach podsumowane zostały rzeczy których się nauczyliśmy oraz udzielono nam wielu cennych wskazówek. Podobnie Dominika podsumowała przerobione z nami tematy oraz po zgrupowaniu wysłała nam mailowo materiały.

Relacja filmowa ze zgrupowania:

<https://www.youtube.com/watch?v=sWBQT6bBE1k>