



Centrum Wspinaczkowe GATO
Cezary Modrzejewski
87-100 Toruń
ul. Bema 23/29
www.gatowalls.com
www.wspinanie.com.pl

Toruń, dnia 17.04.2012

ZAŚWIADCZENIE

Zaświadcza się, że MICHAŁ ZACZMARCZYK, zam. 87-100 Toruń, Malinowskiego 9/15, brał udział w przeszkoleniu przygotowującym do wykonywania prac wysokościowych z wykorzystaniem technik alpinistycznych, zgodnym z programem Polskiego Związku Alpinizmu,

obejmującym następujące zagadnienia teoretyczne:

- omówienie zasad bezpieczeństwa pracy na wysokości oraz występujących zagrożeń
- organizacja stanowiska roboczego i otoczenia
- zasady budowy stanowisk zjazdowych oraz asekuracyjnych
- omówienie wyposażenia osobistego pracownika (rodzaje uprząży, kask, lonża i absorber energii, przyrządy zjazdowe, przyrządy autoasekuracyjne i zaciskowe)

oraz zagadnienia praktyczne:

- węzły (kluczka, ósemka, podwójny zderzakowy, wyblinka, półwyblinka, flagowy, prusik, stoper)
- budowa stanowisk asekuracyjnych i zjazdowych
- autoasekuracja (shunt, węzeł zaciskowy)
- zjazdy w wysokim i niskim przyrządzie, za pomocą półwyblinka, rolki, rolki stop, gri-gri, płytki, kubka
- zjazdy za pomocą w/w technik w ławce
- podchodzenie na linie przy użyciu Ascension i gri-gri, Ascension i basic
- pokonywanie węzłów na linie
- podstawowe techniki ratownicze

INSTRUKTOR
WSPINACZKI SPORTOWEJ

.....Jacek Marciniak.....
podpis instruktora

Oświadczam, że zostałem zapoznany
z wyżej wymienionymi zagadnieniami

Zaczmarczyk
.....
podpis uczestnika szkolenia