



Πρόγραμμα Σχολής Ορειβατικού Σκι Αρχαρίων 2022

Η Σχολή αυτή έχει σκοπό την γνωριμία με το βουνό και την φιλοσοφία του, την τεχνική και φυσική κατάρτιση των συμμετεχόντων, ώστε μετά την περάτωση της, να μπορούν να κινηθούν αυτόνομα και με την μέγιστη δυνατή ασφάλεια στο ορεινό περιβάλλον και σε όλα τα πεδία, με ή και χωρίς ορειβατικά σκι. Οι συμμετέχοντες για να παρακολουθήσουν την Σχολή, πρέπει να επιτύχουν στις εξετάσεις εισαγωγής, που θα γίνουν σε χιονοδρομικό κέντρο με σκι και μπότες της επιλογής τους και αφορούν σε τεχνικά άρτια κατάβαση μπλε πίστας και κατάβαση κόκκινης πίστας με ελεγχόμενες στροφές. Η Σχολή Ορειβατικού Σκι Αρχαρίων διοργανώνεται σύμφωνα με το νέο Κανονισμό Εκπαίδευσης που έχει θεσπίσει η Ε.Ο.Ο.Α. κατά τη Γ.Σ. της στις 27/03/2021 και έχει την παρακάτω διδακτέα ύλη:

Θεωρητική Εκπαίδευση:

1. Ιστορία, είδη ορειβασίας και ορειβατικού σκι. Δεοντολογία και ηθική ορειβασίας και ορειβατικού σκι. Ορειβατική εκπαίδευση στην Ελλάδα και ο κανονισμός εκπαίδευσης της Ε.Ο.Ο.Α..
2. Ορολογία ανάγλυφου βουνού.
3. Ορεινό περιβάλλον. Χλωρίδα, πανίδα και προστασία τους.
4. Εξοπλισμός ορεινής πεζοπορίας και ορειβατικού σκι. Πληροφορίες και οδηγίες χρήσης εξοπλισμού, πιστοποίηση, αντοχές, διάρκεια ζωής, συντήρηση, έλεγχος, φύλαξη εξοπλισμού.
5. Αναρριχητικός εξοπλισμός, συντελεστής πτώσης, δύναμη ανάσχεσης πτώσης. Πληροφορίες και οδηγίες χρήσης εξοπλισμού, πιστοποίηση, αντοχές, διάρκεια ζωής, συντήρηση, έλεγχος, φύλαξη εξοπλισμού.
6. Προετοιμασία εξόρμησης ορεινής πεζοπορίας και ορειβατικού σκι. Χρήση εντύπων ή/και διαδικτυακών οδηγιών ορεινής πεζοπορίας και ορειβατικού σκι, πληροφόρηση από άλλους ορειβάτες ή/και σκιέρ, καιρικές συνθήκες.
7. Μονοπάτια και προσανατολισμός.
8. Καταλύματα.
9. Διατροφή στην ορεινή πεζοπορία και στο ορειβατικό σκι.
10. Προθέρμανση, απόδοση και αποκατάσταση στην ορεινή πεζοπορία και στο ορειβατικό σκι
11. Εισαγωγή στη μετεωρολογία.
12. Ποιότητες χιονιού, χιονοστιβάδες.
13. Κίνδυνοι στην ορεινή πεζοπορία και στο ορειβατικό σκι.
14. Ανεύρεση θύματος χιονοστιβάδας με πομποδέκτη ανεύρεσης θύματος χιονοστιβάδας.
15. Αντιμετώπιση επειγουσών καταστάσεων και παροχή πρώτων βοηθειών. Η οργανωμένη διάσωση στη Ελλάδα.

Πρακτική Εκπαίδευση:

1. Εφαρμογή δεοντολογίας και ηθικής ορειβασίας και ορειβατικού σκι.
2. Προθέρμανση, απόδοση και αποκατάσταση στην ορεινή πεζοπορία και στο ορειβατικό σκι.
3. Χρήση εξοπλισμού.
4. Βασικές τεχνικές κίνησης στην ορεινή πεζοπορία.
5. Βασικές τεχνικές ανάβασης και κατάβασης στο ορειβατικό σκι.
6. Ορεινή πεζοπορία χωρίς χρήση σχοινού. Ανάσχεση πτώσης στο χιόνι. Επίδειξη, ανάλυση και πρακτική εξάσκηση πτώσεων (όλες οι περιπτώσεις).
7. Ορεινή πεζοπορία (με χρήση σχοινού):
 - i. Παράλληλη κίνηση σε σχοινοσυντροφιά με και χωρίς ζώνη (μποντριέ) με και χωρίς ασφάλειες χιονιού.
 - ii. Ανάσχεση πτώσης στο χιόνι κατά την παράλληλη κίνηση.

iii. Χρήση σταθερών σχοινιών.

8. Ορειβατικό σκι χωρίς χρήση σχοινοῦ. Ανάσχεση πτώσης στο χιόνι. Επίδειξη, ανάλυση και πρακτική εξάσκηση πτώσεων (όλες οι περιπτώσεις).

9. Προσανατολισμός.

10. Ποιότητες χιονοῦ, χιονοστιβάδες.

11. Αποφυγή και αντιμετώπιση κινδύνων στην ορεινή πεζοπορία και στο ορειβατικό σκι. Ανεύρεση και απεγκλωβισμός θύματος χιονοστιβάδας με φτυάρι, ράβδο και πομποδέκτη ανεύρεσης θύματος χιονοστιβάδας.

12. Κατασκήνωση στο χιόνι. Κατασκευή καταλύματος ανάγκης στο χιόνι.

13. Προετοιμασία και εκτέλεση διαδρομής.

14. Μεταφορά τραυματία με χρήση ἰδίου εξοπλισμοῦ.

Διάρκεια Σχολής: Τετραήμερη και τριήμερες εξορμήσεις (11 ἡμέρες στα βουνά) και δεκατέσσερις (14) απογευματινές συναντήσεις για θεωρητικά μαθήματα στα γραφεία του Συλλόγου.

Πρόγραμμα:

14 / 01 / 2022 Συνάντηση γνωριμίας - Ενημέρωση Συμμετεχόντων

18 / 01 / 2022 Καταληκτική ημερομηνία κατάθεσης δικαιολογητικών (Δανεισμός Εξοπλισμοῦ).

27 - 30 / 01 / 2022 – Χιονοδρομικό Κέντρο Παρνασσού (Εξετάσεις εισαγωγής)

11 - 13 / 02 / 2022 – Ψηλορείτης, Οροπέδιο Λάκκος του Μυγερού, υψ. 1.580 μ.

12 - 14 / 03 / 2022 – Λευκά Όρη, Καταφύγιο Καλλέργη, υψ. 1.580 μ. (Αποφοίτηση)

Σημείωση: Το πρόγραμμα εξαρτάται από τις καιρικές συνθήκες που θα επικρατούν στο βουνό και μπορεί να τροποποιηθεί κατά την κρίση των υπεύθυνων της Σχολής, εάν αυτό κριθεί αναγκαίο για την ασφάλεια των συμμετεχόντων και την ομαλή διεξαγωγή της Σχολής.

Τα θεωρητικά μαθήματα θα γίνονται πριν το αντίστοιχο πρακτικό. Οι ημερομηνίες θα ορίζονται προφορικώς.

Εκπαιδευτές:

Εκπαιδευτής: Ιωάννης Κωνσταντάκης

(Εκπαιδευτής Ορειβασίας & Οδηγός Βουνού Ε.Ο.Ο.Α.)

Βοηθός Εκπαιδευτής: Νικόλαος Λαζανάς.

(Εκπαιδευτής Ορειβασίας & Οδηγός Βουνού Ε.Ο.Ο.Α.)

Ο υπεύθυνος επικεφαλής εκπαιδευτής μαζί με τους βοηθούς εκπαιδευτές, ευθύνονται για την καλή και άρτια λειτουργία της Σχολής, καθώς και για την ολοκλήρωση του προγράμματός της. Έχουν πλήρη ελευθερία σχετικά με ζητήματα της Σχολής, ως και την τροποποίηση του προγράμματος, λόγω καιρι-κών ή άλλων συνθηκών που οι ίδιοι κρίνουν αναγκαίο.

* Οι υπεύθυνοι της Σχολής διατηρούν το δικαίωμα να διακόψουν την εκπαίδευση συμμετέχοντα, που δεν συμμορφώνεται με τις οδηγίες των εκπαιδευτών ή κατά την κρίση τους, εάν η συμπεριφορά του μπορεί να θέσει σε κίνδυνό την ζωή του ἰδίου ή των υπολοίπων.

Πιστοποίηση:

Στους αποφοίτους χορηγείται από την Ελληνική Ομοσπονδία Ορειβασίας Αναρρίχησης βεβαίωση επιτυχούς παρακολούθησης, η οποία πιστοποιεί τις γνώσεις τους στα αντικείμενα που διδάχθηκαν και τους δίνει το δικαίωμα συνέχισης της εκπαίδευσης, με παρακολούθηση Σχολών στις ανώτερες εκπαιδευτικές βαθμίδες που διοργανώνει η Ομοσπονδία.

Περισσότερες πληροφορίες στα γραφεία του Συλλόγου, Τζανακάκη 90, κάθε βράδυ από τις 21:00 έως τις 23:00, τηλ. 28210 44647, μέχρι και το βράδυ της Παρασκευής 14 / 01 / 2022.

- Η Σχολή διοργανώνεται σύμφωνα με το Υγειονομικό πρωτόκολλο διεξαγωγής σχολών Ορειβασίας – Αναρρίχησης & Ορειβατικών Αναβάσεων της Ομοσπονδίας που ισχύει από 25/05/2021 για την απόφυγη διασποράς του ιού και έχουν χαρακτηρίσει το ορειβατικό σκι ως άθλημα χαμηλής επικινδυνότητας ως προς τη μετάδοση της λοίμωξης Covid -19, για την ασφάλεια των συμμετεχόντων.

ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΧΑΝΙΩΝ - Έτος ίδρύσεως 1930

Ιστοσελίδα www.eoshanion.gr