

Highline Workshop 2011

1. highline workshop věnovaný napínání highlajny a chůzi na highlajně.

Program:

Sobota: 3. 6. 2011 - sraz účastníků workshopu v 10.00h před hospodou v kempu pod Císařem, odchod do skal.

Dopoledne - napnutí tréninkové lajny (výška max.3 m) **výuka** nalézání po highlinové odsedávačce a jak se dostat nad lajnu. Paralelně napnutá lajna (výška 1m) - výuka stoupnutí na lajnu ze vzporu

Odpoledne - napnutí highlajny - technika napínání a měření tenzometrem, chození po lajně, tipy, rady..

Neděle: 4. 6. 2011 - chození, trénování, trickline, longline, **soutěž o "skokana" workshopu** - kdo udělá největší pokrok na lajně.

So - Ne 4.- 5. 6. 2011

Lokalita: **Ostrov u Tisé**, skalní masivy v okolí kempu pod Císařem.

Ubytování:

Autokemp pod Císařem si účastníci hradí a zajišťují na vlastní náklady

Upozornění:

Účast na vlastní nebezpečí.

Na setkání se těší:
SINGING ROCK Slackline Team

Více informací a registrace na: tel.: 481 585 007 nebo na
www.singingrock.cz