



# WARSZTATY NURKOWANIA JASKINIOWEGO GNJ PZA

11-12.04.2015



WNJ są okazją do ogólnopolskiego spotkania nurków jaskiniowych, niezależnie od federacji czy konfiguracji i mają na celu integrację środowiska nurków jaskiniowych. Podczas Warsztatów uczestnicy wymieniają się wiadomościami na temat nurkowania jaskiniowego. Omawiane są wyniki wypraw, a także planuje się nowe wyprawy eksploracyjne lub rekonesansowe czy wyjazdy treningowo-turystyczne do syfonów w Polsce, Europie i reszcie świata.

Nowi uczestnicy mają możliwość poznania i przetestowania technik i sprzętu jaskiniowego oraz zapoznania się z możliwością mentoringu GNJ.

**Termin:** 11-12.04.2015

**Miejsce:** C.N. Banana Divers, jezioro Hańcza

**Koszty:** Uczestnictwo w warsztatach jest BEZPŁATNE.

Uczestnicy we własnym zakresie pokrywają koszty przejazdu, zakwaterowania na miejscu oraz wyżywienia.

Sami też ogarniają kwestie rezerwacji noclegu w C.N. Banana Divers na hasło: GNJ.  
bekier@bananadivers.pl, +48 502 764 747

**Program imprezy jest z założenia elastyczny :-)**

**Informacje, kontakt:** gnj@gnj.org.pl

Luca: +48 602 719 387



**ZAPRASZAMY !!!**



# WARSZTATY

## NURKOWANIA JASKINIOWEGO

### GNJ PZA

11-12.04.2015



#### Sobota 11.04.2015

10:00 - 10:30	Lucyna Cieślik „Luca”	<b>O Grupie Nurków Jaskiniowych Polskiego Związku Alpinizmu</b> Kim jesteśmy, co robimy, jakie mamy cele, w jaki sposób działamy... dlaczego w PZA.
10:30 - 11:30	Paweł Poręba	<b>Technika nurkowania w speleologii</b> Podstawowe umiejętności nurkowe i dlaczego warto je doskonalić. Konfiguracja sprzętu, techniki poruszania się pod wodą, uważność, sytuacje awaryjne i odporność na stres.
12:00 - 17:00	<b>Komis Patentów Sprzętowych</b> Każdy przywozi co ma i porównujemy, gadamy, wymieniamy się na nurka itd.	
	hasło: sidemount	moderatorzy: Arek Nowak „Żaba” i Błażej Pruski „Prusak”
	hasło: reby	moderator: Jarek Kur „Kurek”
17:30 - 19:00	Paweł Poręba	<b>Planowanie dekompresji w nurkowaniach jaskiniowych / profile łamane</b> Paweł podzieli się swoimi przemyśleniami a'propos dekompresji i tego co nas wszystkich "swędzi" czyli profili łamanych zdeterminowanych topografią.
19:00 - 20:00	Jarek Stasielo „Staszek”	<b>Bieganie i utrzymanie formy</b> Nurkowanie i bieganie? Zalety treningu biegowego podczas wykonywania nurkowań jaskiniowych i technicznych. A do tego kilka słów o zdrowym odżywianiu.
21:00 - ...	<b>Wieczór filmowy</b> Filmy, które powstały z udziałem członków bądź sympatyków GNJ. Przywieźcie też swoje filmy albo jeśli macie coś w temacie nurkowania jaskiniowego co uważacie za wartościowe do zobaczenia / pokazania.	
	Arek Nowak „Żaba”	I Unifikacja GNJ w Tatrach (luty 2015) czyli Warsztaty Produkcji Filmowej... jak było.

#### Niedziela 12.04.2015

9:00 - 14:00	<b>Kartowanie</b> Czyli sztuka sporządzania dokumentacji kartograficznej w terenie i wizualizacja danych	
	Lucyna Cieślik „Luca” Jarek Kur „Kurek”	Teoria, zajęcia na sucho i nurkowania. Omówienie wyników uzyskanych przez uczestników. Porównanie i zastosowanie różnych programów do wizualizacji danych.
15:00 - 18:00	<b>Plany na najbliższy sezon i omówienie poprzedniego</b>	
	Darek Lermer	<b>Aspekty prawne i kulturowe organizacji wypraw i nurkowania jaskiniowego</b> Kilka słów o federacjach nurkowych oraz speleologicznych ich patronatach nad obiektami jaskiniowymi w Polsce i na świecie . Przybliżenie problemów związanych z licznymi grupami z poza środowiska jaskiniowego.
	Kasia Turzańska „Kot”	Eksploracja w Tatrach w Jaskini Kasprowej Niżnej, zima 2015/16 CDN
	Darek Lermer	Albania, lipiec/sierpień 2015 CDN
	Jarek Kur „Kurek”	Serbia
	Lucyna Cieślik „Luca” Kasia Turzańska „Kot”	Inwentaryzacja obiektów antropogenicznych Dolnego Śląska
	Mirek Kopertowski*	Schwarzbach @ Reiteraln / Niemcy, wrzesień 2015
	Michał Plata*	Śląskie manewry ratownictwa jaskiniowego, czerwiec 2015

\* temat zostanie zreferowany w zastępstwie przez kogoś innego