

11 PŘÍLOHA

Český terminologický slovník z oblasti horolezectví a sportovního lezení

Zkratky:

<i>adj.</i>	adjektivum/ přídavné jméno
<i>angl.</i>	anglický
<i>apod.</i>	a podobně
<i>atd.</i>	a tak dále
<i>etym.</i>	etymologie/ původ slova
<i>f</i>	femininum/ ženský rod
<i>fran.</i>	francouzský
<i>frk.</i>	francký
<i>germ.</i>	germánský
<i>it.</i>	italský
<i>jihoněm.</i>	jihoněmecký
<i>lapon.</i>	laponský
<i>lat.</i>	latinský
<i>m</i>	maskulinum/ mužský rod
<i>n</i>	neutrum/ střední rod
<i>např.</i>	například
<i>něm.</i>	německý
<i>niz.</i>	nizozemský
<i>ozn.</i>	označení
<i>per.</i>	perský
<i>pol.</i>	polský
<i>pozdnělat.</i>	pozdnělatinský
<i>psl.</i>	praslovanský
<i>rum.</i>	rumunský
<i>rus.</i>	ruský
<i>slk.</i>	slovesnký
<i>slovin.</i>	slovinský

<i>stč.</i>	staročeský
<i>sthn.</i>	starohornoněmecký
<i>střhn.</i>	středohornoněmecký
<i>střlat.</i>	středolatinský
<i>řec.</i>	řecký
<i>verb.</i>	verbum/ sloveso
<i>všesl.</i>	všeslovanský
<i>vulg.</i>	vulgarismus
<i>zdrob.</i>	zdrobnělina
<i>zkr.</i>	zkratka

A

A *ozn.* 1. obtížnost zajištěné cesty dle abecedního pořadí, lehká; *zkr. z angl. artificial* 2. označení stupnice technického lezení

abalak *m* viz Abalakův vklínělec

Abalakův vklínělec *m* podle ruského horolezce *Abalaka* typ vklíněnce, jednoduchý a zároveň koncepčně vhodný výstředníkový (excentrický) vklínělec, komerční podoba především v anglosaských zemích nazývána *TriCams*

Abalakovy hodiny *f* uměle vytvořené hodiny v ledu pro slanění/ postupové jištění; vytvoří se vyvrtáním dvou otvorů, které se vzájemně spojí pod úhlem přibližně 60°; nutnost tvrdého, homogenního ledu

ABO *zkr. z fran. abominable* stupeň alpské stupnice, extrémně obtížné

AD *zkr. z fran. assez difficile* stupeň alpské stupnice, těžké

aku vrtačka *f* mechanický nástroj s baterií pro vrtání otvorů pro nýty, kruhy atd.

akučka *f slang* viz aku vrtačka

akutní horská nemoc *f* nedostatečné přizpůsobení organismu na nižší parciální tlak kyslíku ve vzduchu; projevuje se nechutenstvím, nespavostí, zvracením, slabostí nejistotou, malátností

Alien *m z angl.* výstředníkový mechanický vklínělec (*friend*) s ohebným lankem; použití do vodorovných hnízd, kde nosná část leží na skalní hraně

alpinismus *m* horolezectví

alpinista/ alpinistka *m* jedinec vykonávající alpinismus

alumatka *f* tepelně izolační podložka potažená z jedné strany hliníkovou fólií

ambulantní uzel *m* plochý uzel, uplatnění u první pomoci

ambulák (ambulant'ák) *m slang* viz ambulantní uzel

amortizátor *m* lezecká pomůcka, která umožňuje prokluz, díky kterému lze zbrzdit pád

AMS *f zkr. z angl. acute mountain sickness* viz akutní horská nemoc

animátor *m* osoba, která se stará o volnočasový program skupiny

antibota *f* podešev, který se připíná zespoda ke stoupacím železům; brání lepení sněhu na stoupací železa

apsida *f* stanová předsíň; často slouží k odkládání věcí/ materiálu, který nemusí být ve vnitřním stanu

aramid *m* pevný, žáruvzdorný syntetický materiál, aromatický polyamid např. Kevlar, vysoká pevnost v tahu, nízká elasticita, ztráta pevnosti v uzlech, tepelná odolnost

ATC *zkr. z angl. air traffic controller* obchodní název kyblíku

atmosférický tlak *m* síla, působí v daném místě atmosféry kolmo na libovolně orientovanou plochu jednotkové velikosti (1 m²), nejvyšších hodnot dosahuje při hladině moře, s rostoucí nadmořskou výškou klesá, jednotka hektopascal (hPa)

autíčka *n slang* viz rybářský uzel

automatická pojistka *f* součást zámku karabiny, brání jejímu samovolnému otevření, k otevření i zavření karabiny jsou potřeba jeden až dva pohyby

azimut *m etym. z fran. azimut* orientovaný úhel, který svírá určitý směr od severního směru, měří se ve stupních

áčko *n slang* stan ve tvaru písmene „A“, dnes už téměř nepoužívaný

B

B *zkr.* obtížnost zajištěné cesty, mírně obtížná

balanc *m* rovnováha

baletky *f* lezečky bez tkaniček

baleríny *f* lezečky bez tkaniček

balkon *m etym. z germ. langob* výčnělek skály připomínající balkón

Ball Lock *m* jednoduchá automatická pojistka mající druhou pojistku ve formě kuličky, na kterou je pro otevření třeba zatlačit

balvan *m* viz kámen

bambuláč *m slang* smyčka s uzlem pro založení postupového jištění

bandasky *f etym. od baňatý* předloktí unavená lezení; vznikají v silově vytrvalostních cestách, kdy jsou ruce dlouho výše než srdce/ hlava, krev v předloktích tedy není okysličována a vyplavuje se kyselina mléčná, předloktí téměř úplně ztvrdne

baňka/ baňky *f slang etym. od bání* předloktí unavená lezení; vznikají v silově vytrvalostních cestách, kdy jsou ruce dlouho výše než srdce/ hlava, krev v předloktích tedy není okysličována a vyplavuje se kyselina mléčná, předloktí téměř úplně ztvrdne; používá se zřídka

barometr *m* viz tlakoměr

barometrický tlak *m* viz atmosférický tlak

batoh *m etym. ze slk. batoh* vak, který se nosí na zádech pomocí ramen

bezpečnostní řemínek *m* řemínek sloužící k uchycení stoupacích želez k botě/ noze; při uvolnění stoupacích želez slouží jako zajištění proti ztrátě

bidon *m etym. z fran. Bidon* bandaska, kanistr, láhev na pití

Big Wall *m* výstup vysokou skalní stěnou (až 1500 m), často nutné nocování ve stěně

bivak *m etym. z niz. bijwacht* přenocování pod širým nebem

bivakovat *verb.* nocovat, tábořit, spát pod širým nebem

blizzard *m etym. z něm./ niz. blasen* sněhová vichřice/ bouře

blokant *m etym. z fran. bloquer* mechanický prostředek sloužící zejména k výstupu po fixním laně, možné použití i při zřizování kladkostroje

bludné balvany *m* balvany držící pouze ve sněhu

bobek *m* kulatý výčnělek na žulové skále

boční jištění *n* jištění prvolezce ze sousední věže, často v kombinaci s dolním jištěním, toto jištění používali saští pískovcoví lezci k zdolání ještě nezdolané věže (viz schwebe)

bod postupového jištění *m* místo, kde je upevněna skoba/ nýt/ vklínělec/ smyčka nebo to může být i samotný skalní útvar, kam zakládáme lano rovnou; zabraňuje dlouhému pádu lezce

bodec *m etym. z všesl. bóšć* spodní část cepínu, ukončená zašpičatělá rukojeť cepínu, slouží k hladkému zapíchnutí do sněhu/ ledu

bong – bong/ bong *m* tlustá skoba klínovitého tvaru (písmeno V) mající v čepeli několik otvorů v řadě za sebou k provlečení smyčky, v principu to jsou široké skoby profilu V, svůj název získaly podle zvuku při zatloukání

borhák *m etym. z něm. bohren, der Haken (vrtat, skoba)* fixní jisticí prostředek určený pro zapínání postupového jištění

boulder *m* krátká lezecká cesta na malých kamenech/skalách/ umělých stěnách většinou obsahuje pár těžkých kroků s možností bezpečného pádu

bouldrmatka *f slang* speciální dopadová matrace používaná pro bouldering

bouldering *m etym. z angl. boulder – balvan* původně lezení po kamenech; v současné době lezecká/ soutěžní i nesoutěžní disciplína, ve které se lezec snaží přelézt obtížné lezecké kroky nízko nad zemí bez jištění

bouldrasta/ bouldrastka *m/f* jedinec provozující bouldering

bouldrování *n* lezení na malých kamenech/ skalách/ umělých stěnách, obsahuje několik těžkých kroků s možností bezpečného pádu

bouldrovka *f slang* lezecká stěna speciálně vytvořená pro boulderování

brusná houbička *f* prostředek na zabrušování mozolů, které se po lezení tvoří na ruce

brzda *f*

karabinová brzda z několika karabin, vždy jsou dvě a více karabin stejně vedle sebe a jedna kolmo na ně tvoří brzdný účinek, lano je jimi provlečené (díky kolmé karabině je na lano vytvářeno větší tření), použití například ke spuštění raněného

brzdící deska/ destička *f* pomůcka k zachycení pádu, ke slanění a jištění, při pádu se lano zbrzdí právě díky mnohému provlečení lana dírkami, použití například u lezení zajištěných cest

plaketa *f etym. z fran. plaque* typ/ druh brzdící desky k jištění druholezce

brzdění *n* úkon, přehnutí lana přes osmu/ kyblík/ kalíšek/ reverso/ Gri – Gri, pohybem ruky se lano ohne přes jistící pomůcku a zabrzdí se

břicho *n etym. ze stč. břuch (o)* oblý převis ve tvaru břicha

buben *m etym. z lat. bombus* viz břicho

buildering *m* lezení po objektech vytvořených lidskou činností (zdi, mosty, budovy, atd.)

buldok *m slang etym. z angl. bulldog* natloukací matice se závitem sloužící k uchycení chytů na lezecké stěně

buzola *f* přístroj sloužící k orientaci v terénu, určování světových stran a měření azimutu

C

C *ozn.* obtížnost zajištěné cesty, těžká

Camalot *m z angl.* obchodní název výstředníkového mechanického vklíněnce (friend) s ohebným lankem, použití do vodorovných i vertikálních spár

cepín *m etym. z it. zappone* horolezecké víceúčelové náčiní do hor se špičatým hrotem k zapíchnutí do sněhu/ ledu/ skály (setkáme se i názvy zbraň, pikla, motyka či motyčka), důležitý je závěsný úhel (tvar zobáku cepínu – obloukový, inverzní, trubkový)

cesta *f* lezecká linie na ledu/ skále/ umělé stěně s určitou obtížností

atletická převislá cesta po velkých chytech

jednodélková cesta o jedné délce lana, zpravidla 20 – 30 metrů

nadhodnocená cesta mající reálně nižší obtížnostní stupeň, stavitel navrhující obtížnost cesty ji přecenil

podhodnocená cesta mající reálně vyšší obtížnostní stupeň, stavitel navrhující obtížnost cesty ji ohodnotil méněcenně

vícedélková *f* cesta o více délek lan

Cinch *m* obchodní název, poloautomatická jistící pomůcka, umožňuje rychlé uvolnění lana při lezení (podobné Gri – Gri)

copperhead *m* jistící prostředek; tělo tvoří měkký kov, z něhož je vyvedeno oko z ocelového lanka; tělo se do pukliny nevkládá, ale zatlouká

cvaknout *verb. etym. z něm. zwacken* 1. zapnutí karabiny do nýtu/ borháku/ kruhu atd. nebo zapnutí lana do expresky/ karabiny

Č

ČAHV *zkr.* Česká asociace horských vůdců

čelovka *f slang* viz čelová svítilna/ baterka

ČHS *zkr.* Český horolezecký svaz

ČP *zkr.* Český pohár

čutora *f etym. z rum. ciutura* speciální plechová láhev z výzbroje pěšího vojáka, dříve používáno na expedice

D

D *ozn.* 1. obtížnost zajištěné cesty, velmi obtížná *zkr. z fran. difficile* 2. stupeň alpské stupnice, obtížné

daN *zkr.* dekanewton, v dekanewtonech se uvádí například rázová síla

daisy chain *m z angl.* odsedávací smyčka k sebejištění u technického lezení

daisyna *f slang* viz daisy chain

deadman *m* viz desková kotva

diretissima *f z ital.* přímá/ kolmá cesta na vrchol (bývá nejtěžší)

dobírat/ dobrat *verb.* dotažení lana mezi horolezcem/ lezcem a jističem

dober *verb.* žádost horolezce/ lezce o přitažení lana

dobrat natvrdo *verb.* dotažení lana mezi lezcem a jističem úplně na pevno (lano je natažené)

docházet *verb.* lezcova slova, když mu docházejí síly; v mluveném jazyce: „dochází mi“

dolina *f* velehorské údolí

dolní jištění *n* klasický způsob jištění zdola

doubek *m* varianta trubkové ledovcové skoby, avšak již překonaná; nedoporučuje se její použití, byl oblíben pro rychlost zatlučení, tvarem je doubek ztenčující se šroub se závitem zakončený okem

dračí smyčka *f* klasický uzel sloužící k navázání na lano

dračka *f slang* viz dračí smyčka/ dvojitá dračí smyčka

drát *m etym. z něm. Draht* 1. pojmenování tuhé smyčky, smyčka hodící se k provlékání hůře dostupných skalních hodin 2. *slang* viz lano

druh chytu *m* chyt všemožného tvaru, barvy a velikosti

bočák *m slang* chyt na skále/ ledu/ umělé stěně, který se uchopuje z boku

boule *f* kulatý/ oblý chyt vyžadující otevřený úchop

čapák *m slang* velmi dobrý chyt k uchycení, viz madlo

čůro/ falus *n slang* chyt ve tvaru mužského přirození

dírka *f* chyt ve tvaru dírky; na jeden, dva i více prstů

dvouprda *f slang* chyt na dva prsty

dvouprstovka *f slang* chyt na dva prsty

had *m* chyt protáhlého tvaru

hnida *f* velmi malý chyt

chleba *m* velký oblý chyt na stisk

jednoprda *f slang* chyt na jeden prst

jednoprstovka *f slang* chyt na jeden prst

kapsa *f* chyt většího rozměru, příjemný pro uchopení

kolečko *n* chyt ve tvaru kolečka s dírou/ prohlubeninou uvnitř

koule *f* chyt ve tvaru koule

kozy/ cecky *f slang* chyt ve tvaru ženských prsou

krápník *m* chyt ve tvaru krápníku

krystal *m* zrnovitý výstupek skály, použití jako stup i chyt

lišta *f* malá polička, vhodná pro špičky bot či prsty rukou

madlo *n* velký chyt

na tření oblý chyt, držíme jej pouze třením o povrch chytu

nehtovka *f slang* velice tenká lištička jen na „nehty“ prstů

oblina *f* chyt připomínající oblouk

pozitivní chyt je zatěžován shora a směrem dolů

slza *f* chyt ve tvaru slzy

spod'ák *m slang* chyt, který je nutné zatěžovat odspoda nahoru

stisk *m* chyt, který je nutné zatěžovat tlakem palce proti prstům

struhadlo *n* chyt s hrubým povrchem struhadla

svalovina *f* chyt ve tvaru lidského svalu

škrabka *f* malý ostrý chyt

tufa *f* viz had

ucho *n* chyt ve tvaru lidského ucha

vrstevnice *f* chyt ve tvaru vystouplých vrstevnic z map

vrtule *f* chyt ve tvaru letadlové vrtule

zaplouvák *m slang* viz madlo

zápušťák *m slang* vnořený, zapuštěný chyt

zrno *n* malý chyt ve tvaru zrna

želva *f* chyt ve tvaru želvy

druholezec/ druholezkyně *m/f* role jedince při výstupu, nejprve jistí prvolezce a poté leze jako druhý

drytooling *m* lezecká disciplína, skalní úseky mezi ledovými pasážemi se překonávají pomocí zavěšování a klínění hrotů cepínů a stoupacích želez do skalních nerovností

držet *verb.* časté povzbuzení mezi horolezci/ lezci k nepouštění chytu, v mluveném jazyce časté použití: „drž“

dřevěný klín *m* klín, v němž je vyvrtaná díra a drážky pro zajišťovací smyčku; materiál jasan, buk, borovice, předchůdce klínu bong/ bong – bong, použití do spár

duplexy *f* dvojitě boty, skládají se ze dvou částí, svršek plastový, měkká vnitřní botička - dobrá tepelná izolace, použití do extrémních podmínek

Dülferův sed *m* starý způsob slanění bez pomoci jisticích a jiných pomůcek; lano vede po dlouhé dráze po těle (stehno prsa, rameno, záda), což zaručuje velké tření; u nezkušených hrozí převrácení hlavou dolů

(dvojitá) dračí smyčka *f* uzel pro navázání na lano, ještě jednou lanem obtažená dračí smyčka, snadno se rozvazuje po zatížení

yosemitská dračí smyčka *f* vylepšená klasická dvojitá dračí smyčka

(dvojitá) škotová spojka *f* uzel, vypadá jako škotová spojka jen konec slabšího lana ještě jednou ovineme hned vedle prvního obtočení, uzel pro spojení dvou kluzkých lan nebo pro spojení lan s velkým rozdílem jejich tloušťky/ průměru

(dvojitý) osmičkový uzel *m* uzel nejčastěji používaný pro navázání lezce na lano, uzel má tvar osmičky, vhodný i pro nouzové navázání na střed lana nebo pro spojení dvou lan

(dvojitý) rybářský uzel *m* velmi podobný jako rybářský uzel jen při vázání děláme dvojitá oka, je rozměrnější ale bezpečnější

dynamické prodloužení *n* natažení lana při pádu, normovaná vlastnost

Dyneema/ dyneema *f* 1. smyčka z vláken Dyneema/ dyneema, někdy nazývaná Spectra/ spectra 2. obchodní značka vlákna Dyneema/ dyneema

dýbl *m slang* natloukácí matice se závitěm sloužící k uchycení chytů na lezecké stěně

E

E *ozn.* obtížnost zajištěné cesty, extrémní

ED *zkr. z fran. extrêment difficile* stupeň alpské stupnice, krajně těžké

Eddy *m* obchodní název poloautomatické jisticí pomůcky firmy Edelrid se samoblokujícím účinkem, na lezení s horním jištěním

egypt'an *m* viz vykozit

elevátor *m* regulovatelný popruh s okem na konci, oko slouží pro našlápnutí pro nohu, použití u technického lezení

engram *m* pohybový vzorec, používaný při řešení lezeckého problému

expanzivní nýt *m* nýt se dřikem, který se umístí uje do předvrtané díry

expedice *f etym. z lat. expeditiō* putování skupiny horolezců za daným cílem

exponovaná cesta *f* 1. lezecká linie, body postupového jištění jsou od sebe v cestě velmi vzdálené, hrozí riziko dlouhých pádů 2. hřebenovka 3. převislá cesta – expozice do prostoru a vůči jištění

expres set *m* pomůcka pro postupové jištění složená z prošité smyčky a dvou karabin, tedy celý komplet

expreska *f slang* viz expres set

F

F *zkr. z fran. facile* stupeň alpské stupnice, lehké lezení

ferrata *f* viz zajištěná cesta (někdy používaný i počestělý název feráta)

feratový set *m* 1. jisticí pomůcka (tlumič, dvě karabiny) 2. jisticí pomůcka s úvazkem 3. jisticí pomůcka s úvazkem a helmou, (někdy používaný i počestělý název ferátový set)

Fiechtlova skoba *f* skalní skoba s kovovým okem z jednoho kusu železa, vystřídala skoby s kroužkem

fichtle/ fichtlovka *f slang* viz Fiechtlova skoba

fifi háček *m* malý kovový háček; na háčku je pověšen žebříček/ třmen, který se zavěšuje do oka postupového jištění při technickém lezení; některé háčky mají díky další dírci možnost rychlé úpravy, která umožní zkrácení či prodloužení žebříku/ třmenu

firn *m etym. z jhoněm. Firn* hrubozrnný sníh, přechodné stádium mezi sněhem a ledem, vznik opakovaným táním a mrznutím sněhu

firnová skoba s ocelovými planžety *f* duralová trubka oválného průřezu, určena do měkčího firnu, ocelové planžety jsou pružné a při zatížení se roztáhnou v ledu jako ježek, skoba je zakončena okem pro postupové jištění

firnová skoba s podélnými otvory *f* duralová trubka, určena do tvrdšího firnu, skoba je zakončena okem pro postupové jištění

firnové pole *n* velká plocha pokrytá firnem

fix *m etym. zkráceno z krucifix* 1. nepohyblivě upevněné lano 2. stabilizace těla ve statické poloze

flashovat *verb.* vylézt cestu stylem Flash

fleece *m* výplňková nebo vlasová pletenina, po obou stranách silně počesaná, dobré izolační schopnosti, nízká hmotnost, minimální nasákavost

fraktura *f etym. z lat. frāctūra* zlomenina

francouzská technika lezení v ledu *f* původní způsob lezení na ledu pomocí Eckensteinových želez s deseti hroty a cepínu

free solo *n z angl.* způsob lezení, lezení pomocí vlastních sil a samostatně bez jakéhokoliv jištění a pomůcek

fréza *f* šrouby do ledu

friend *m z angl.* dříve obchodní název, dnes název zobecnil, viz výstředníkový mechanický vklínělec

G

galerie *f etym. ze střlat. galerie* široké, velmi výrazné plochy, výskyt na temeni strmých skal

garda *f* smyčka samočinně zabraňující zpětnému chodu lana, zatímco ve druhém směru průchod lana umožňuje; lano zapneme do dvou karabin, jeden jeho pramen pak ještě ve

tvaru otevřeného oka vedeme protilehlou karabinou tak, aby vycházel mezi oběma karabinami; užití u kladkostrojů

Gibbs/ gibbs *m* obchodní název typu šplhadla, často používáno k sebejištění při sólovém lezení, velká spolehlivost, nemá rukojeť

Gri – Gri *n* poloautomatická jisticí pomůcka od firmy Petzl; brzdný účinek na lano vykonává svírací mechanismus, který je spuštěn po překonání určité síly; zablokování lana posléze jistič zruší pomocí ovládací páky, někdy se setkáme i s názvem Grigri

H

hamaka *f* závěsné lehátko, ve kterém se bivakuje při lezení velkých stěn

hákování *n* viz technické lezení

hákování špičkou *n* horolezecká/ lezecká technika, zaháknutí špičky za stup, tlak je vyvíjen nártovou stranou nohy

helma *f* *etym. z střhn. helm* ochrana hlavy před padajícími předměty (viz přilba/ přilba)

hexentrik/ hex *m* torzní vklínělec, excentrická šestihranná matice připojená k smyčce, matice je vložena do trhliny a drží pomocí protitlaku, lze použít i ve spárách s rovnoběžnými stěnami

hřeben *m*

hlavní tvoří páteř pohoří; úzký sněhový, ledový nebo skalní hřbet

hmotnost vztažená k délce lana *f* normovaná vlastnost, v gramech na 1 m délky lana

hodiny *f* skalní otvor/ oko ve skále, možnost provázání smyčkou pro jištění

hodit držku *verb. slang* spadnout ze skály

hodit záda *verb. slang* spadnout ze skály/ na záda

holomráz *m* mrznutí bez sněhové pokrývky

hora *f* *etym. z psl. gora* vyvýšenina zemského povrchu

horizontální skoba *f* pomůcka s okem určená k zajištění horolezce na skále s horizontální zatloukací částí

horolezec/ horolezkyně *m/ f* jedinec účelně se pohybující v horolezeckém terénu (horách, velehorách)

horolezecký *adj.*

základna *f* místo odkud nejčastěji horolezci vycházejí na své túry

středisko *n* místo setkávání horolezců a osob s nimi související

tábor *m* 1. místo přespání horolezců 2. typ akce (víkendová, týdenní atd.)

horolezectví *n* pohyb v horolezeckém terénu (horách, velehorách), cílem je výstup vybranou cestou na vrchol hory; charakteristické jsou delší nástupy, vícedélkové lezení, objektivní nebezpečí atd.; lze používat všech technických pomůcek, horolezectví vyžaduje více dovedností a znalostí než lezení

horský*adj.*

hrot *m* vrcholek hory špičatého tvaru

masiv *m* 1. velká hora 2. kompaktní skupina propojených hor

pásmo *n* řada hor za sebou

štít *m* skalnatá strmá hora

vůdce *m* profesionál, provází horolezce, sportovce a turisty ve vysokohorských podmínkách pro zajištění jejich bezpečnosti a úspěchu výpravy, horští vůdci bývají certifikováni a licencováni organizací UIAGM (Mezinárodní federace asociací horských vůdců)

záchranná služba *f* organizace, provádí záchranné a pátrací akce v horském terénu, poskytuje první pomoc a mnoho dalšího

zub *m* hora ve tvaru zubu (špičáku)

hrana *f* 1. vnější styk dvou ploten, ostrý kraj skály/ umělé stěny 2. ostrý okraj chytu 3. svalově vyrýsovaný lezec

hřeben *m* úzký sněhový, ledový nebo skalní hřbet

hřebenová cesta *f* cesta vedoucí po hřebeni

hřebenovka *f slang* viz hřebenová cesta

hyperbarická komora *f* hermeticky uzavíratelný prostor; změna tlaku v komoře umožňuje, aby se v ní lidé připravili na působení vysokého atmosférického tlaku, anebo naopak aby snesli dekompresi čili přechod z vysokého na normální tlak ovzduší

CH

chyt *m* 1. výstupek/ výčnělek/ díra ve skále/ umělé stěně/ ledu, používá se k postupu, uchopení prsty 2. označení předmětu jako výrobku

I

ICC *zkr. z angl. International Council for Competition Climbing* Mezinárodní rada pro soutěžní lezení

icehook *m* jistící prostředek, háček používaný při ledovém lezení; bývá opatřen smyčkou z popruhu, která slouží jako oko pro připnutí karabiny; osazuje se do cepínem předem vysekané dírky v ledu

IFMGA *zkr. z angl. International Federation of Mountain Guides Associations* Mezinárodní federace asociací horských vůdců

IFSC *zkr. z angl. International Federation of Sport Climbing* Mezinárodní federace sportovního lezení

impregnace *f etym. z pozdnělat. impraegnāre* nasycování savých materiálů vhodnými přírodními nebo chemickými látkami; účelem impregnace je posílení a ochránění podkladu nebo materiálu před škodlivým působením vody, plísně, ohně, hmyzu nebo škůdců; často používaná na boty, bundy, lana atd.

impregnovat *verb.* nanášet/ aplikovat impregnaci

itinerář *m etym. z lat. itinerārium* deník, náčrt, popis cesty

IVBV *zkr. z něm. Internationale Vereinigung der Bergführerverbände* Mezinárodní federace asociací horských vůdců

J

jádro *m etym. z psl. jędro* část lana pod opletem, hlavní nosná funkce, jádro je obaleno opletem lana

jít *verb.* 1. pokyn pro jistícího od horolezce/ lezce, že leze; v mluveném jazyce: „jdu“ 2. upozornění na pád sdělované jističi

jednička *f slang* viz 1. jedničková skoba 2. jednoduché lano

jednodélka *f slang* viz jednodélková cesta

jednodélková cesta *f* cesta o jedné délce lana, zpravidla 20 – 30 metrů

jehla *f etym. z psl. jęgla* skalní útvar, výrazný svým úzkým profilem

jeskyně *f etym. z psl. ěsk - yni* otvor ve skále, prohlubeň

jistič *m* jedinec, zajišťující lezci bezpečný pád

jistit *verb.* 1. zajištění sobě i druhému z dvojice bezpečné lezení za pomoci lana a jisticích pomůcek 2. v mluveném jazyce potvrzení jističe o jeho připravenosti jistit: „jistím“

jistící *adj.*

pomůcka *f* komponent, slouží k jištění (cinch, osma, reverso, ACT, kyblík atd.)

prostředek *m* například skoba, nýt, smyčka, vklínělec, apod.; slouží k pevnému ukotvení ke skále/ ledu/ umělé stěně; s jejich pomocí se vytváří v terénu jistící body

řetězec *m* soubor v řadě za sebou umístěného postupového jištění

set *m* jistící pomůcka složená ze dvou i více částí (například kyblík a karabina s pojistkou)

stanoviště *n* místo, kde se provádí samotná činnost jištění

jistítko *n* *zdrob.* viz jistící pomůcka

jištění *n*

boční jištění prvolezce ze sousední věže, často v kombinaci s dolním jištěním, toto jištění používali saští pískovcoví lezci k zdolání ještě nezdolané věže (viz schwebe)

dynamické způsob jištění, jistič při pádu lezce část lana nechá prokluzovat jistící pomůckou a pád tak plynule zabrzdí

horní způsob jištění; vyznačuje se tím, že od lezce vede lano nahoru (typická situace je pozice druholezce, kdy je jištěn jističem z horního stanoviště), někdy nazýváno TR (Top Rope)

natvrdo *verb.* dotažení lana mezi lezcem a jističem úplně na pevno (lano je natažené)

shora způsob jištění; jistič jistí nad zemí lezce, který leze pod ním; TR

statické při pádu lezce jistič lano pevně zasekne v jistící pomůcce

zdola způsob jištění, jistič je pod lezcem

jumar *m* *čti [žimar]* typ šplhadla od firmy Petzl (dříve obchodní název, dnes zobecnil), ergonomicky tvarovaná rukojeť pro větší pohodlí, lze jej ovládat jednou rukou

jumarování *n* *čti [žimarování]* metoda výstupu po laně pomocí šplhadel, používá se v horolezectví, speleologii a při výškových pracích

K

kajicník *m* útvar z ledu, podobný skloněným osobám, vznik ve velkých výškách v důsledku různé odolnosti ledu vůči tání

kalafuna *f* *etym. z it. colofonia* prášková borová pryskyřice užívaná ve Fontainebleau (jedna z nejznámějších oblastí boulderingu ve Francii) k vysušení rukou a chytů

kalíšek *m* viz kyblík

kampus *m z angl. campus board* posilovací tréninková deska pro rozvoj síly flexorů prstů

kaňoning *m z angl. canyoning* zdolávání kaňonů, potoků a říček ve směru jejich toku za použití různých technik

karabina *f etym. z fran. carabine* otevíratelná pomůcka variabilního použití různého tvaru opatřena otvíracím mechanismem; materiál hliníkové slitiny, slitiny titanu, někdy i ocel

bez pojistky druh karabiny, karabina nemá pojistku (nejčastěji karabiny u expres setů)

déčko *n slang* druh karabiny, karabina ve tvaru písmene „D“

HMS *f zkr. z něm. die Halbmastwurfsicherung čti [háemeska]* karabina s pojistkou, hruškovitý tvar, původně pro jištění polovičním lodním uzlem

maillonka *f čti [majonka]* karabina oválného tvaru zavírající se zašroubováním převlečné matice, použití borháky na umělé stěně

ováčka *f slang* viz óčko

óčko *n slang* druh karabiny, karabina ve tvaru písmene „O“

pomocná karabina často ve zmenšeném tvaru skutečné karabiny různých barev, ke sportovnímu použití nevhodná; vhodné pro zavěšení lezeckých bot, pytlíku s magnéziem, batohu atd.

quicklock *m* karabina s dvojčinnou pojistkou zámku, materiál kov nebo konstrukční nylon

rovná tvar karabiny s rovnou západkou

s pojistkou druh karabiny, pojistka slouží k zabránění samovolnému otevření karabiny (nejběžnější pojistkou je šroubová matice)

se šroubovací pojistkou druh karabiny; karabina s pojistkou, která se musí manuálně zamykat šroubováním (někdy bývá ještě opatřena druhou plastovou pojistkou, která překrývá první zmíněnou pojistku)

SR „stahovací“ druh karabiny, pojistka na karabině má ochranný kroužek, pohybem dolů jej stačí stáhnout, pojistka se uvolní a karabinu lze otevřít

typu A druh karabiny, karabina určená pro skalní skoby

typu B druh karabiny, základní/ nejobyčejnější provedení karabiny

typu K druh karabiny, určená pro zajištěné cesty

Twistlock *m* druh karabiny, pojistka bránící otevření se odjišťuje pootočením

karáble *f slang* viz karabina

karimatka *f* dříve obchodní název (karimatt), dnes zobecnil; tepelně izolační podložka z plastového pěnového materiálu, pro horolezectví vhodné použít komfortnější typ karimatky z materiálu EVA (několikanásobně vyšší izolační schopnost, odolnost vůči vodě, nízká váha)

samonafukovací tepelně izolační podložka, automaticky se nafoukne jejím vyndáním z obalu, vyfouknout se musí ručně, pro horolezectví nejvýhodnější

kartáč *m etym. z něm. Kardätsche* pomůcka pro čištění chytů a stupů od přílišného množství magnezia (zcela postačí vyřazený zubní kartáček); na kartáče s kovovými štětinami musíme být opatrní, protože mohou skálu/ umělou stěnu/ umělý chyt poškodit a zanechat škrábance

kazatelna *f etym. z psl. kazati* viz balkón

kámen *m etym. z psl. kamy* úštěpek skály

kemp *m etym. z lat. campus* tábor, místo stanu i více stanů pohromadě

kempovat *verb.* tábořit

kevlar *m* obchodní značka para – aramidového vlákna uvedeného na trh firmou DuPont, hojně využití horolezectví (například smyčky), vyniká svou pevností

Kinderkopf *m z něm.* lanová koule (dětská hlava), použití jako závaží na házecím laně nebo zaklínění do spár

kladivocepín *m* pomůcka v ledolezení, kombinace kladiva a cepínu

kladkostroj *m* soustava kladek, často v kombinaci s karabinami a prusíky nebo tibloky

klasifikace *f etym. z fran. classification* stupnice označující a charakterizující obtížnost horolezecké cesty či výstupu

klasický styl lezení v ledu *m* postup po chytech a stupech vysekaných cepínem

klasifikační stupnice *f* stupnice určující obtížnost daných cest

Alpská stupnice zohledňující celkovou náročnost túry, stupně F/ PD/ AD/ D/ TD/ ED/ ABO

Britská stupnice používána především ve Velké Británii, rozdělena do dvou částí, první část vystihuje náročnost (délka, kvalita skály, počet obtížných míst, zajištění, označuje se stupni M/ D/ VD/ S/ VS/ HVS/ XS/ E/ E1/ E2/ E3 atd.) a druhá vystihuje obtížnost volného lezení (označuje se stupni 1 – 7b)

Francouzská velmi populární stupnice pro sportovní lezení, pro jemnější rozlišení používaná znaménka + / -, označuje se stupni 1 – 9b+

francouzská (Fontainebleau) boulderingová stupnice – označuje se 3 – 8c+

ledolezení *n* stupnice pro hodnocení obtížnosti lezení v ledu, stupně WI1 – WI7 (water ice)

mixového lezení *n* stupnice pro hodnocení obtížnosti lezení v kombinovaném prostředí skála, led a sníh, stupně M1 – M16

Shermanova/ Hueco (boulderingová) americká stupnice – označuje se V0 – V16

technického lezení (klasická) *n* stupnice pro hodnocení obtížnosti technického lezení, označení A0 – A5

technického lezení (americká) *n* bez použití kladiva a skob, označení C0 – C5

UIAA zohledňuje fyzickou náročnost přeletu, stupně I – XII

USA zohledňuje fyzickou náročnost přeletu, stupně 5.0 – 5.15b

zajištěných cest *f* rakouské označení A – G, italské označení modrá – červená – černá

kleč *f etym. z psl. klęčb* poléhavá keřovitá borovice kleč, klečí bývá porostlá v nižších výškách část úbočí hor

Klettersteig *m z něm. viz zajištěná cesta*

klíště *n slang etym. z psl. klěščb* vak na lano vypadající jako batoh

klín *m* jistící prostředek z tvrdého dřeva, dnes se nepoužívá

kobyłka *f slang* poloha lezce, který je přitisknutý ke skále se skrčenýma rukama před sebou a s lokty odstávajícími do stran; značí únavu a neschopnost dalšího pohybu

komín *m etym. z lat. camīnus* široká puklina ve skále

konev/ konve *f slang etym. z lat. canna* předloktí unavená lezením; dochází k významné acidóze vnitřního prostředí svalu

Kong – Bonatti *m* obchodní název pro šplhadlo

konopné lano *n* dřívější typ lana, na kterém se lezlo, než ho vystřídala lana moderní

koridor *m etym. z lat. currere* pruh, pásma

kotva *f*

desková jistící prostředek do sněhu, jde použít i do měkkého sněhu, ocelové lanko vedené od kotvy musí být alespoň metr dlouhé; deska se do sněhu ukládá tak, aby svírala se sněhovým povrchem úhel 40°

kout *m* utvořený dvěma stěnami skal (ve smyslu rohu pokoje)

kozí noha *f* způsob postavení nohou, lezec stojí na vnější straně jednoho chodidla a na vnitřní straně chodidla druhého; někdy nazýváno egypt'an

kramle *f etym. z něm. Klammer* železná svorka, využívá se u zajištěných cest

krok *m* posun lezce o jeden chyt výše/ níže

krosna *f etym. z psl. krosna* batoh s výztuží na záda, viz batoh

kruh *m* 1. viz slaňovací kruh 2. postupové jištění na pískovcových skalách

kuloár *m etym. z fran. couloir* viz žleb

kyblíček *m zdrob.* objímka na nošení skalního kladiva, materiál poddajný plast nebo popruh na úvazu

kyblík *m zdrob.* jistící pomůcka fungující na základě sevření lana karabinou a kyblíkem, možno použít i na dvojitá lana

kyvadlový traverz *m* způsob překonání obtížného místa, pomocí nataženého lana umístěného výše kyvadlovým pohybem traverz na danou stranu, cíl – překonání místa, které nelze přelézt (často používané u lezení Big Wall)

kýbl *m slang etym. z něm. Kübel* viz kyblík

L

lano *n etym. ze střhn. lanne* základní pomůcka při horolezectví/ lezení

druh *m*

dynamické typ lana, lano s elastickými vlastnostmi pro horolezectví/ lezení i pro pracovní použití, pružnost je vhodná pro zachycení pádu

statické pro statické zatěžování (jachtaři, záchranáři)

typ *m*

dvojče *n* viz dvojitě lano

dvojitě typ lana, použití současně dvou lan, vhodné použití do hor, malá pravděpodobnost přetržení lana o hranu ostré skály, nutnost zapínat do postupového jištění společně oba prameny, testují se společně

jednoduché typ lana, pro lezení a jištění na skalách/ umělých stěnách, označení 1

poloviční při lezení nutné vždy použít dvě poloviční lana, do jištění se zapínají střídavě, samostatně lze použít při VHT, označení ½, testují se samostatně/ zvlášť

půlky *f slang* viz poloviční lano

lanový *adj.*

délka *f* délka lana mezi dvěma jistícími body

překážka *f* konstrukce skládající se z lan, trámků a dalších prvků různě či účelově nainstalovaných

laso *n slang* viz lano

lavina *f etym. z něm. Lawine* rychlý, náhlý sesuv většího množství sněhu po svahu/ skále/ ledu

lavinový vyhledávač *m* elektronické zařízení fungující jako vysílač i přijímač, umožňuje najít jedince zasypaného lavinou

lávka *f* užší vodorovná cesta ve svahu, výskyt ve vodorovném členění, probíhá napříč celou stěnou nebo velkou její částí, někdy umožňuje obejít celou horu

led *m* zmrzlá voda, morfologie – krystaly, mnoho forem – sníh, kroupy, jinovatka, rampouchy, kry atd.

ledolezení/ ledové lezení *n* lezení na zmrzlém povrchu, nejčastěji zmrzlé vodopády

ledopád *m* zmrzlý vodopád

ledová krusta *f* zmrzlý/ namrzlý povrch

ledovcový *adj.*

háček *m* jistící prostředek, plochý kovový háček, jeho zobák je opatřen zuby, slouží k technickému lezení v ledu a v mixech

hák *m* kovový hák ve tvaru „1“, opatřený rukojetí, na hák se přivěšuje popruh se třmenem pro nohu; hák se při lezení do ledu zabodává tíhou lezce, který stojí v třmenu

kladivo *n* kladivo používané v ledolezení (obměna skalního kladiva)

mléko *n* ledovcový potok, který odnáší částice hornin; má šedobílou barvu

mlýn *m* úkaz, vzniká, když povrchový tok mizí trhlinou v nitru ledovce

skoba *f* zajišťovací prostředek ve strmém ledu

stůl *m* balvan/ kámen na ledové noze (led pod kamenem taje pomaleji než v okolí)

ledovec *m* nehomogenní přírodní těleso tvořené ledem

lehká expedice *f* styl výškového horolezectví, max. 6 účastníků včetně šerpů, umělý kyslík jen pro lékařské účely, nosiči jen do základního tábora, možnost i pouze ve dvou členech, možnost návratů a opakovaných pokusů

lezec/ lezkyně *m/ f etym. z psl. lězti* jedinec, který leze po umělých stěnách, budovách, skalách atd.

lezecký *adj.*

bota/ boty *f* speciální bota pro lezení, nejčastěji se šněrovadlem nebo suchým zipem, nízká nebo kotníková

povel/ povely *m* jednoduché povely mezi jističem a lezcem; „lezu“, „jistím“

technika *f* způsob zdolávání stěny (např. spárová, stěnová, komínová, ledovcová)

lezečka/ lezečky *f slang* viz lezecká bota

lezení *n etym. z psl. lězti* pohyb v terénu s nezbytnou pomocí rukou

komínové vzpírání; v úzkých komínech, kde záda tvoří jednu opěrnou část a druhou zajišťuje protitlak nohou/ rukou, ruky/ nohy; lezec stoupá opřením dlaní

ledové lezení na zmrzlém povrchu, nejčastěji zmrzlé vodopády

vedle hýždí a vysune záda do vyšší polohy, poté následuje pohyb nohou; v komíně je vhodné se otáčet, čili nestoupat stále zády k jedné stěně

mixové kombinace skály, ledu a sněhu při lezení

na rybu/ na rybičku *slang zdrob.* lezení s lanem protaženým nahoře v kruhu/ karabině

na rychlost soutěžní disciplína, cílem závodníka je vylézt danou cestu v co nejkratším čase bez pádu

na obtížnost soutěžní disciplína, cílem závodníka je vylézt na neznámé stěně co nejvýše bez pádu

na sokola způsob lezení, kdy nohy i ruce jsou ve spáře a nohy i ruce jsou vykloněné, lezení protitlakem

na tření využití tření bez chytů/ stupů/ výstupků

nepískovcové skalní lezení po pevných materiálech (vápenec, žula, atd.)

pískovcové skalní (horolezectví) lezení na pískovcových skalách

soutěžní probíhá nejčastěji na umělých stěnách; obsahuje lezení na obtížnost, lezení na rychlost, bouldering a drytooling

sólo celou činnost provádí jedinec zcela sám

spárové lezení spár

sportovní styl lezení, který používá nýty jako hlavní prostředek jištění, což lezci umožňuje soustředit se na techniku a obtížné manévry; převládají fyzické obtíže nad psychickými; nízké objektivní nebezpečí

technické lezec využívá při lezení umělé pomůcky, například stoupá po žebříčkách, pomáhá si přitahem za lano a podobně

tradiční směr lezení, lezec zakládá postupová jištění a druholezec je odstraňuje

venkovní lezení v přírodním terénu

vícédélkových cest *f* nutnost budování postupných stanovišť, cesty o více délkách lana

volné *etym. z něm. Freiklettern* při výstupu použití jen přirozeného povrchu skály a síly lezce

lezka/ lezky *f slang* viz lezecká bota

lézt *verb.* oznámení lezce o zahájení jeho lezení; „lezu“

lézt první *verb.* horolezec/ lezec, který leze cestu jako první a zakládá/ zapíná postupové jištění

lézt silově *verb.* lézt neekonomicky

liščí smyčka *f* uzel, nejjednodušší smyčka, snadno rozvazatelný

lišta *f* malá ostrý chyt na poslední články prstů

lodní smyčka *f* nejjednodušší zadržovací uzel všestranného využití, dvě oka naplocho přeložená, lano z nich vystupující se kříží, použití pro sebejištění na stanovišti

loft *m* objem komor spacího pytle, kterou je náplň schopna zaujmout

lokální vytrvalost *f* schopnost odolávat únavě po dlouhou dobu při submaximální intenzitě

lokra *f* volný kus kamene, hrozí ulomení při zatížení

M

mačka/ mačky *f etym. ze slk. mačky* viz stoupací železa

rámové druh stoupacích želez, jediný pevný tuhý rám, výhoda stabilita při lezení po předních hrotech

máčo *n slang* viz magnezium

mágo *n slang* viz magnezium

maglajz *m slang* viz magnezium

maglajzák *m slang* pytlík, v kterém se uchovává magnezium

magnezium *n* slouží k vysoušení rukou během lezení

Machardův uzel *m etym. nese název po francouzském horolezci Machardovi* prusíkovací uzel, je jedním z nejlépe fungujících, je asymetrický, využití sebejistíci uzel při slanění a při záchranných technikách

mapa *f etym. z lat. mappa* zmenšený a zjednodušený rovinný obraz Země nebo jiných prostorů

matroš *m slang* horolezecký/ lezecký materiál

rázová síla *f* zatížení, které vzniká při pádu lezce, normovaná vlastnost

maximální síla *f* schopnost výrazného silového projevu po krátkou dobu

mechanický vklínělec *m* složitější aktivní (mechanický) vklínělec skládající se z několika dílů vůči sobě pohyblivých, dva principy konstruování – výstředníkový mechanismus a princip protisměrných klínů, předností je rychlost zakládání a vyjímání ze spár

mixové lezení *n* kombinace skály, ledu a sněhu při lezení

mixový terén *m* kombinace skály, ledu a sněhu

mít srovnáno *verb.* psychická vyrovnanost při lezení

MMČR *zkr.* Mezinárodní mistrovství České republiky

mohérový pás *m* protiskluzový pás, který se lepí na skluznici lyží

mokrý sníh *m* těžký lepkavý sníh

morál *m slang* 1. odvaha lezce překonat nejištěný úsek cesty 2. psychická vyrovnanost při lezení

morálovka *f slang* špatně zajištěná cesta

moréna *f etym. z fran. moraine* kamenný val vzniklý ledovcovou činností

motyka *f slang* viz cepín

mouka *f slang* viz magnezium

mozol *m etym. z psl. mozolъ* ztvrdlá kůže většinou na prstech/ dlaních

mumie *f etym. z per. mūm* viz spací pytel

mužík *m* kamenná mohyla určující trasu

N

na rybáře *m* viz horní jištění

na rybu *f* viz horní jištění

na udici *f* viz horní jištění

nabušenej *adj. slang* silný lezec

nadhodnocená cesta *f* cesta mající reálně nižší obtížnostní stupeň, stavitel navrhující obtížnost cesty ji přecenil

namáklej *adj. slang* silný lezec

nasednutí na patu *n* přenesení těžiště na vysoko zdvihnutou nohu

navazovaná lodní smyčka *f* lodní smyčka uvázána postupným ovinem například k ukotvení lana ke stromu

nástup *m* 1. místo začátku cesty 2. úsek cesty v horách vedoucí terénem k místu, kde začíná lezecká/ horolezecká cesta

návleky *m* ochrana z různých materiálů proti sněhu, vlhku a nečistotám sahající od bot až po kolena

nechat v cestě pytel *verb. slang* nedolézt cestu, v mluveném jazyce: „zapytlit“

nechce to pustit *verb.* nejde to vylézt

nechutný hovado *n slang* silný lezec

nepálský šerpa *m* etnikum v himálajských oblastech, horolezci by se bez nich neobešli při vynášení materiálu do táborů

nepískovcové skalní lezení *n* lezení po pevných materiálech (vápenec, žula, atd.)

nepřímé jištění *n* jištění ze sebe (například lano kolem ramen)

nepsané pravidlo *n* nikde nezachycená norma/ princip, který se dodržuje

no hand (rest) *m z angl.* pozice; možnost zaklínit nohy takovým způsobem, že se lezec nemusí držet rukama; možnost odpočinku

noha – ruka *f* způsob lezení, kdy na nohy i ruce používáme stejné chyty

nýt *m etym. z něm. Niet (e)* expanzivní skoba, bod postupového jištění z nerezové oceli, usazuje se do skály natrvalo; vyvrtá se otvor, do něhož se pak nýt zatluče a přichytí se roztažením těla dřívku (různé způsoby – nýt se roztahuje klínem, nýt čtvercového průřezu se upevní do kruhového otvoru atd.)

O

objektivní nebezpečí *n* nebezpečí jedincem neovlivnitelné (např. bouřka)

obratnost *f* schopnost provádět lezecké kroky s lehkostí, s efektivitou a s co nejmenší fyzickým napětím

obtížnost *f* náročnost zvládnutí dané cesty

ocelka *f slang* ocelová karabina

očko *n* jednoduchý uzel

očková spojka *f* uzel vhodný pro spojení dvou lan nebo smyček, na jednom konci lana uděláme očko a druhým koncem jej protisměrně okopírujeme, vhodná ke spojení plochých smyček nebo k navázání dvou popruhů, pozor na dostatečně dlouhé konce směřující od uzlu

odsedávačka *f slang* viz odsedávací smyčka

odsedávák *m slang* smyčka s karabinou na konci přivázaná liščími uzlem k sedáku

odsedka *f slang* viz odsedávačka

odsednutí *n* zatížení lana lezcem, jistič zajistí lano proti pádu lezce

odštěp *m* balvan nebo blok odsedlý od stěny

odtlačovat z dlaní *verb.* pohyb; částečná váha je na dlani/ dlaních, vzepření na dlaních

ohyb *m* tvar lana ve tvaru podkovy

ochcávat *n vulg.* viz šulit

okrajová trhlina *f* mezi skálou a sněhovým polem, mezi sněhovým polem a vlastním ledovcem

olézt si bříška *verb.* sedřít si kůži na konci prstů

omrzlina *f* druh poranění organismu, vznik působením nízkých teplot na kůži a v podkoží; místa náchylná k tvorbě omrzlin jsou končetiny, především prsty, nos a uši

onýtovat *verb.* osadit cestu nýty

opleť lana *m* obal lana, funkce ochrana jádra

osma *f* jističí pomůcka ve tvaru osmy, správné použití na slaňování, hojně však používaná i na samotné jištění

osmičkový uzel *m* uzel ve tvaru osmičky, základ pro dvojitý osmičkový uzel

ostruha/ ostruhy *f* 1. tvrdý kus kůže, který se vytvoří z lezeckých bot na patě 2. geomorfologický útvar

OVK SM *zkr.* Oblastní vrcholová komise Severní Moravy

ozubený segment *m* ozubená část u friendu

P

pajšl *m slang* psychická vyrovnanost při lezení

pajšlovka *f slang* špatně zajištěná cesta

panenka *f* tvar svázaného lana, lano „do panenky“

parafin *m* skluzný vosk, optimální pro mazání lyží

paternoster *m* základní manévr u technického lezení, využití spodních přitahů lana, lezec si odsedne do jednoho pramene lana zapnutého do postupového jištění a druhý pramen zapne do následujícího vyššího postupového jištění

patička *f* položení paty nastup, díky jejímu zatížení se horolezec/ lezec lépe udrží či přitáhne

pád *m etym. z psl. padati* nežádoucí pohyb směrem dolů

pádový faktor *m* poměr mezi délkou pádu a užitou délkou lana, vyjadřuje míru měkkosti nebo tvrdosti nárazu, normovaná vlastnost

PD *zkr. z fran. Peu Difficile* stupeň alpské stupnice, poměrně obtížné

pendl *m* kyvadlová houpačka na laně

pevnost *f*

s otevřeným zámkem *m* pevnost s otevřeným zámkem u karabiny, značení \curvearrowright , normovaná vlastnost

v podélném směru *m* pevnost v podélném směru u karabiny, značení \leftrightarrow , normovaná vlastnost

v příčném směru *m* pevnost v příčném směru u karabiny, značení \updownarrow , normovaná vlastnost

pilíř *m etym. z fran. pilier/ z it. piliere* strmé a výrazné žebro, které jako by podpíralo vrcholové skály

Piú *n* obchodní název jistící pomůcky fungující na základě sevření lana karabinou a jistítkem Piú

píd'alka *f* způsob lezení v úzkém komínu

pípák *m slang* viz lavinový vyhledávač

písek *m etym. z psl. pészek* 1. pískovcový povrch 2. pískovcové skály

píškař/ píškařka *m* lezec na pískovcových skalách

píškařství *n* viz pískovcové skalní lezení (horolezectví)

pískovcové skalní lezení (horolezectví) *n* lezení na pískovcových skalách

plnivost spacího pytle *f* odvozena od objemu, který zaujme jedna unce pěřové směsi pod danou zátěží; je vyjádřena v kubických palcích

plomba *f* viz kujná skoba

plošina *f* jakékoliv místo ve stěně, kde lze stát

plotna *f etym. z Platte* položená hladká stěna hory/ skály/ umělé stěny

podlaha *f slang* pád na zem

podlážka *f* nepromokavá/ nepropustná podlaha stanu

podlepení lezeček *n* upevnění nové podrážky ze spodu na lezecké boty

podražení bot *n* upevnění ze spodu novou podrážku na botu

pojistka karabiny *f* část karabiny, chrání karabinu před samovolným otevřením, šroubovatelná/ nešroubovatelná

pojišťovací uzel *m* jednoduché očko uvázané za uzlem

pojišťovák *m slang* viz pojišťovací uzel

police *f* výstupek na skále ve tvaru police, často možnost postavení se na ni

poloviční lodní smyčka *f* uzel, používá se při jištění

popruh *m* pás, především používaný k výrobě smyček, spojený popruh je smyčka

popruhový řetěz *m* pomůcka ze smyček tvarem připomínající řetěz, usnadní manipulaci například při zřizování nebo změně sebejištění; do jednotlivých ok se dá zavést karabina, i když je řetěz zatížen, viz daisy chain

postupové jištění *n* jištění zabraňující dlouhému pádu lezce, vytvořeno z bodů postupového jištění

povol *verb.* povel lezce/ horolezce o uvolnění lana

prachová lavina *f* lavina z čerstvě napadaného sněhu

pramen lana *m* jedna část lana, častý termín u používání dvojčat

prašan *m slang* čerstvě napadaný sníh

pravidlo tří pevných bodů *n* nejjobecnější pravidlo pro lezce; stojí-li ve dvou stupech, přidržuje se alespoň jednou rukou; dělá-li krok jednou nohou, musí se přidržovat oběma rukama, vždy musí být nejméně tři body opřeny pro udržení rovnováhy

preska *f slang* viz expreska

Prohaskový uzel *m* svírací uzel s použitím karabiny

proláklna *f* místo ležící pod úrovní hladiny moře

prolezené prsty *m* prsty sedřené lezením

prolomení *n* způsob držení lišty, kdy jsou distální články prstů prohnuty do oblouku (v hypertenzi)

propast *f etym. z psl. propastь* přírodní deprese v zemském povrchu s příkrými stěnami, vznik propadnutím země

prošukat *verb.* způsob lezení v úzkém komínu

provazový žebřík *m* žebřík z lana s duralovými/ dřevěnými šprušlemi/ příčkami

prsák *m* viz hrudní úvazek

prsní úvazek *m* viz hrudní úvazek

prusíkovací kroužek *m* nejjednodušší šplhadlo; z ocelového kroužku a pomocné šňůry, která se okolo slabšího lana nejméně dvakrát obtočí

prusíkovat *verb.* pohyb po laně pomocí svíracích uzlů

prusíkův uzel *m* dvojitá liščí smyčka, viz liščí smyčka

průsvit *m* vzdálenost mezi nosem a zámkem karabiny

průtah *m* viz statické prodloužení

průtažnost *f* elastická vlastnost lana zachytit měkce pád, normovaná vlastnost

průvodce *m* 1. popis horolezecký/ lezeckých cest příslušné lezecké oblasti s označením názvu cest, autorů cest a jejich obtížností 2. osoba oprávněná provádět profesi vůdce v horském terénu (bez lezení)

prvovýstup *m* zcela první zdolání hory, lezecké cesty

prvovýstupce *m* jedinec, který nějakou výstupovou trasu zlezl jako úplně první na světě

přadeno *n* složeno z vláken, z přaden je jádro i oplet lana

předcvaknout *verb.* zapnout lano do první expresky před vlastním lezením

předhoří *n* nižší a vedlejší části pohoří

předvrchol *m* místo před konečným vrcholem

převis *m* skalní/ umělý útvar, vyčnívá ze skalní/ umělé stěny nebo přesahuje přes skalní hřeben

převislý *adj.* negativně nakloněný/ opak položený

převýšení *n* výškový rozdíl mezi dvěma danými body

přilba/ přílba *f* ochrana hlavy před padajícími předměty (viz helma)

přizdít *verb.* nenechat prokluz lana při pádu, tvrdý pád

příčle/ příčka žebříku *f* vodorovná příčka na žebříku, slouží k uchycení rukou a nohou

přímé jištění *n* jištění přes jistící stanoviště

přístroj GPS *m zkr. Global Positioning System* navigační systém, pomocí satelitních signálů určuje přesnou polohu

puchýř *m etym. od puchnout* patologický útvar na povrchu kůže nebo sliznic, dutina je vyplněná tkáňovým mokem

puklina *f* viz trhlina

pulky *f etym. z lapon. viz transportní saně*

Q

R

rajbas *m slang* 1. technika lezení na tření 2. položená hladká stěna skály (viz plotna)

rajbuňk *m slang* položená hladká stěna skály (viz plotna)

rampouch *m etym. ze stč. ropúch* ledové těleso; vznik postupným zamrznáním kapek vody, které tak vytvářejí tvar připomínající krápník; nejčastěji má svislý směr shora dolů, můžeme se s ním setkat nejčastěji u ledového nebo mixového lezení

rázová síla *f* síla působící na lezce při pádu, normovaná vlastnost

relief *m* viz struktura

Reverso/ reverso *n* obchodní značka poloautomatické jisticí pomůcky, princip sevření lana mezi karabinou a reversem

Rotkreuz (RK) *m* styl sportovního lezení, dovoluje pády a neúspěšné pokusy, prvolezec nemusí po každém pádu stahovat lano a začínat znovu

rozlezení *n* část rozcvičení, příprava na samotný výkon při lezení o nízké intenzitě

rozsekat se *verb.* spadnout při lezení

rukavice *f etym. z psl. rǫka* ochrana ruky před zimou, ale i před zraněním a vysycháním pokožky

rup *m* velmi tenká skoba s ocelovým ostřím do malinkých/ mělkých trhlinek ve skále

rybaření *n* viz horní jištění

rybářský uzel *m* uzel pro spojení dvou lan, dobré rozvazování, konce lana položíme vedle sebe v protilehlých směrech a každý konec obtočíme pomocí jednoduchého očkového uzlu druhého lana

rychloupínací vázání *n* vázání používané u stoupacích želez, výhoda je rychlost zapínání; použití však pouze u bot, které mají speciální drážku na patě i špičce

Ř

řimsa *f* užší než lávka, možnost stání ale nutnost přidržování se rukama

S

sci - fi *n*

krok *m* neobyčejně těžký a náročný krok

cesta *f* neobyčejně těžká lezecká cesta

sebejištění *n* způsob jištění sama sebe při lezení nebo slanění

sebezáchrana *f* schopnost vlastní záchrany bez cizí pomoci

sedák *m* viz sedací úvazek

sedátko *n* slouží k pohodlnému jištění na stanovišti, dřevěné/ plastové

sedlo *n* mělká sníženina horského hřbetu/ hřebene

sestup *m* přesun z vrcholu hory/ skály po jeho dosažení do výchozího bodu

sérak *m* skupina ledovcových bloků vzniklých podle tvaru podloží, vznik téměř vždy na čele visutých ledovců, nebezpečí – bloky ledu jsou nestabilní a kdykoli se mohou zřítit či sesunout

JAMES *zkr.* Slovenský horolezecký spolek JAMES, obdoba ČHS

schody *m* velké stupy/ výstupy/ výčnělky na hoře/ skále/ umělé stěně

schrund *m* nejvýše položená trhlina na ledovci nebo sněhovém poli

schwebe *f z něm.* viz boční/ postranní jištění, hojně toto jištění používali saští lezci, u nás zřídka používaný

skalkař/ skalkařka *m/f* skalní lezec

skalní *adj.*

kladivo *n* nástroj na zatloukání skob, nýtů apod., ale i na vybírání vklíněnců ze spár (kladivo mívá zobec); skalní kladivo je lankem upevněno k úvazku/ zavěšeno na rameni pro lepší manipulaci

lezení *n* lezení po skalách

materiál *m* druh horniny, z které je skalní útvar vytvořen

břidlice *f* usazená, částečně metamorfovaná hornina s jemnou zrnitostí, vznik z jílovců a prachovců; obsahuje především minerály biotit, muskovit a andalusit

bulžník *m* druh usazené křemité horniny pocházející z starohor, tvoří jej převážně krystalický oxid křemičitý ve formě křemene

čedič *m* tmavá vyvřelá hornina s charakteristickou porfyrickou nebo sklovitou strukturou, jemnozrná stavba vznikla rychlým tuhnutím lávy na povrchu planety

hladká žula *f* vyvřelá hlubinná hornina; složení především křemen, živec, slída a amfibol; povrch hladký až lesklý

hrubozrná žula *f* vyvřelá hlubinná hornina; složení především křemen, živec, slída a amfibol; velké krystaly na povrchu

jemnozrná žula *f* vyvřelá hlubinná hornina; složení především křemen, živec, slída a amfibol; jemná zrnitost na povrchu

křemenec *m* metamorfovaná hornina regionálního vzniku vyznačující se jemnou až středně hrubou zrnitostí, podobnost s mramorem

ortorula *f* metamorfovaná hornina; vznik přeměnou kyselých až intermediárních vyvřelých hornin jako jsou granitoidy, granodiority, křemité diority a atd.

rula *f* hornina, vznik metamorfózou z kterékoliv jiné horniny

pararula *f* typ ruly, vznikla vysokostupňovou přeměnou sedimentů

pískovec *m* zpevněná usazená hornina, snadno se drolí a zvětrává, podstatnou část tvoří zrna písku

slepenec *m* pevná sedimentovaná hrubozrnná hornina, jde o zpevněný ekvivalent šterku

tvrdý pískovec *m* zpevněná usazená hornina, tvrdý a obtížněji opracovatelný, má velmi dobrou odolnost vůči mechanickým i povětrnostním vlivům, podstatnou část tvoří zrna písku

vápeneč *m* sedimentární hornina, vznik ze zvápenatělých skeletů vodních živočichů

vyvřelý pegmatit *m* složení živec a křemen, textura je velkozrnná, velké krystaly

žula *f* vyvřelá hlubinná hornina, složení křemen, živec, slída a amfibol

skála *f etym. z psl. skala* útvar horniny

skelety *m* viz duplexy

skialpinismus *m* souhrnný název pro všechny formy skialpinismu, pohyb na lyžích ve volném horském terénu, stoupání napomáhají speciální pásy umístěné ze spodu na lyže

skialpinista/ skialpinistka *m* jedinec provozující skialpinismus

skluznice *f* spodní část lyže, místo pro mazání vosků či nalepení pásů na stoupání

skoba *f* pomůcka s okem, určená k zajištění horolezce na skále, zatlouká se a slouží jako pevný jistící bod, materiál slitiny kovů, profily U/ V/ Z (někdy se setkáme i s profily T/ L/ O)

jedničková hákovitá skoba ve tvaru číslice jedna, zatlouká se ostrým hrotem do spáry a vzpírá se okem o skálu

kujná použití do mělkých, otevírajících se spár, jedná se o vklínělec z kujného materiálu (například hliník) na ocelovém lanku s okem, po založení do spáry se plomba zdeformuje kladivem, měla by se používat opravdu výjimečně – velká devastace skály

s kroužkem *f* pomůcka s kroužkem, určená k zajištění horolezce na skále, zatlouká se a slouží jako pevný jistící bod, materiál slitiny kovů

vertikální skoba s vertikální zatloukací částí; již se jich užívá méně, protože i ve svislých trhlinách drží lépe horizontální skoby

skotský styl *m* postup lezení v ledu, postup čelem k ledu, zabodávání předních hrotů želez, ruce v maximálním vzpažení zabodávají cepíny do ledu

skyhook *m* jistící prostředek, pevný kovový háček; bývá opatřen smyčkou z popruhu, která slouží jako oko pro připnutí karabiny; slouží k postupu, kde volné lezení musí ustoupit, volně se zavěšují na nepatrné lišty, materiál nejkvalitnější ocel

slanění *n* způsob pohybu lezce po laně dolů

slanění s uvolnitelným jištěním *n* používané v canyoningu jako zabezpečení proti utonutí v proudící vodě

slaňovací hruška *f* slaňovací stanoviště vytvořené v ledu nebo tvrdém sněhu (uměle vytvořený hrot obtočený lanem, po kterém se může slanit)

slaňovací osma *f* pomůcka při slanění, součást vybavení, použití slaňování/ jištění

slaňovací pomůcka *f* pomůcka pro slaňování

slaňovací stanoviště *n* místo pro slanění

slaňák *m slang* viz slaňovací kruh

slaňovací kruh *m* kruh běžně na vrcholu skály (ale může být i jinde) sloužící ke slanění, je složen z jednoho kusu (dlouhý dřík a konec je stočen do tvaru oka)

slaňovák *m slang* viz slaňovací kruh

sloní noha *f* spací pytel, sahá po pás

smyčka *f* 1. kulatá/ plochá část provazu 2. uzel vytvářející stahovatelné poutko

dračí klasický uzel sloužící k navázání na lano

expresní krátká sešitá (prošitá) popruhová smyčka spojující dvojici karabin, celé spojení tvoří expres set

odsedávací speciální smyčka konstruovaná přímo na odsednutí, jeden konec opatřen okem pro karabinu a druhý je upravený k upevnění na sedací úvazek, materiál sešívána smyce nebo dynamické lano

stoupací oko ze smyčky pro postupování výše při technickém lezení, v sérii jsou tři až čtyři, zhotovují se navázáním z jednoho kusu

vyrovnávací karabinu dáme na kříž smyčky, karabinou provlečeme lano, použití při slanění, dochází k optimálnímu rozložení síly působící při slaňování

snarg *m* viz zatloukací trubka

sněhová bačkora *f* nalepení mokrého sněhu na mačky/ lyže, nemožnost plynulého dobrého pohybu, pohyb je prováděn s o dost větší námahou

sněhová kotva *f* jistící prostředek do sněhu, duralová deska, zapíchnutím nebo zahrabáním do sněhu plochou kolmo ke směru zatížení ji lze použít několika způsoby: kotvení fixního lana, kotvení stanu atd., použití horolezectví

sněhoměr *m* úzký dutý válec dlouhý s ozubeným okrajem; používá se ve vyšších oblastech, když se zarazí do sněhové pokrývky až k půdě

sněžná čára *f* 1. hranice trvalé sněhové pokrývky 2. hranice tání sněhu

sněžná slepota *f* vznik v důsledku nadměrného vystavení nechráněného oka UV záření ve vyšších nadmořských výškách, dávka záření je zvýšena odrazem od sněhu

sněžnice *f* pomůcka při chůzi v hlubokém sněhu, připevněním na nohy či na obuv usnadňuje chůzi v hlubokém sněhu; rozkládá tíhu člověka na větší plochu, takže se méně zabořuje do hlubokého sněhu

sokolík *m slang* způsob překonávání spár, lezec uchopí hranu oběma rukama a vykloní tělo podél stěny, paže pak působí tahem, proti tahu paží působí nohy protisměrným vzpíráním, pohyb ve sledu ruka – ruka – noha – noha

sopečný tuf *m* sediment, vznik ze sopečného popelu vyvrženého z hlubin země během erupce dávných sopek; usazený a zpevněný na souši, kde se popel míchal s povrchovými horninami, ale i kusy dřeva či rostlin

soumar *m etym. z sthn. soumāri* zvíře nosící náklad

soutěžní lezení *n* probíhá nejčastěji na umělých stěnách; obsahuje lezení na obtížnost, lezení na rychlost, bouldering a drytooling

sólo lezení *n* celou činnost provádí jedinec zcela sám

spára *f etym. z pol. szpara* vertikální nebo horizontální trhlina ve skále/ umělé stěně/ ledu

spárař/ spárařka *m* spárový lezec

spárové lezení *n* lezení spár

spárové rukavice *f* chrání jen hřbet ruky, nezakrývají prsty, materiál kůže nebo guma

Spectra/ spectra *f* 1. speciální smyčka z vláken Spektra/ spektra, vydrží největší zatížení 2. obchodní název vlákna s mimořádnou pevností

spojovací oko na sedáku *n* oko spojující pás sedáku s částí na dolní končetiny

spolulezec/ spolulezkyně *m/f* lezec, který leze s druhým lezcem nebo skupinou

sportovní lezení *n* styl lezení, který používá nýty jako hlavní prostředek jištění, což lezci umožňuje soustředit se na techniku a obtížné manévry; převládají fyzické obtíže nad psychickými; nízké objektivní nebezpečí

statické prodloužení *n* natažení lana při pádové zkoušce, normovaná vlastnost

stavění *n* způsob překonávání obtížných míst na pískovcových skalách; dva a více lezců si vzájemně stoupne na ramena a vytvoří živý řebřík, díky kterému se dostanou výše a těžký úsek přelezou

Stichtova brzda/ destička *f* jistící pomůcka, nejčastěji kulatá destička s otvorem (později s dvěma otvory), lano je zasunuto do otvoru ohybem, skrz jeho vrchol je provlečena karabina, ta brání lanu opustit jistící pomůcky, tvůrce Franz Sticht

stoper *m* viz klínovitý vklínělec

stoupací třmen *m* oko z nylonových popruhů pro postupování výše při technickém lezení, v sérii jsou tři až čtyři; zhotovují se buď šitím, nebo navázáním z jednoho kusu

stoupací žebřík *m* žebřík s vyztuženými oky, slouží k postupu u technického lezení

strop *m etym. z stropъ* profil cesty, horizontální převis

struktura *f* 1. uměle vymodelovaná napodobenina skalního povrchu na umělých stěnách 2. nerovný povrch skály

střecha *f* viz strop

stup *m* výstupek/ výčnělek ve skále/ umělé stěně/ ledu, používá se k postupu (přeneseně viz chyt)

stupeň obtížnosti *f* náročnost zvládnutí dané cesty charakterizované číselným/ písemným označením

stupnice *f etym. z psl. stepenъ* viz klasifikační stupnice

otevřená druh stupnice, nejtěžší stupeň obtížnosti se stále zvyšuje, přidávání dalších vyšších stupňů

uzavřená škála obtížnosti výstupů, stanovený nejvyšší stupeň obtížnosti

stupnice obtížnosti *f* viz klasifikační stupnice

styl sportovního výstupu *m* způsob zdolání cesty/ vrcholu hory

AF (all free) *n* styl sportovního výstupu, lezec může odpočívat v postupovém jištění, po pádu může pokračovat z místa pádu

flash *m* styl přelezu ve smyslu On Sight, ale horolezec/ lezec má informace o cestě nebo v ní viděl někoho lézt, viz flashovat

OS (On Sight) *m* styl sportovního výstupu, vylezení cesty na první pohled/ pokus, bez pádu a odsedávání, lezec nemá informace o cestě, nejcennější styl přelezu

PP (Pink Point) *m* styl přelezu, lezec si může cestu vyzkoušet, má zapnuté expresky do jištění, zapíná pouze lano, nemůže odpočívat odsednutím, vyleze cestu bez pádu

RP (Rot Punkt/ Red Point) *m z něm. Rot Punkt* styl přelezu, lezec si může cestu vyzkoušet, zapíná expresky do jisticích bodů i lano do expresek, nemůže odpočívat odsednutím, vyleze cestu bez pádu

TR (Top Rope) *m* lezení s horním jisticím lanem, cestu je žádoucí přelézt svíse bez vyvěšování se do lana, způsob sportovně bezvýznamný

subjektivní nebezpečí *n* zdánlivé nebezpečí

suť *f etym. ze stč. ssutiny* rozdrolené části skály

suťovisko *n* suťové pole dole pod horou

svírací uzel *m* viz zadrhovací uzel

svírka *f* viz blokant

svítilna *f*

čelová svítilna/ baterka *f* přenosná baterka umístěná na čele

čelovka *f slang* viz čelová svítilna/ baterka

svor *m* přeměněná hornina, tvoří se při větším tlaku a vyšší teplotě, složení především jílovité a písčité usazeniny

Š

Šádkova jednička *f* viz jedničková skoba

šerpa *m etym. z frk. skirpja* vysokohorský nosič

šicák *m slang* viz šicí stroj

šicí stroj *m slang* třes v noze/ nohou připomínající šicí stroj, vzniká při psychickém stresu při lezení

šitý tlumič pádu *m* plochý popruh, který je zkrácen na několika místech přeložením a prošitý švy s limitovanou nosností; při pádu švy postupně praskají a tím ztlumí pád

škála *f* viz stupnice

škotová spojka *f* jedná se o dračí uzel bez smyčky, pro svazování silných lan se slabšími nebo popruhu s lanem

škot'ák *m slang* viz škotová spojka

šlacha *f* silný vazivový provazec připojující sval ke kosti

šňůra *f slang etym. ze střhn. snuor* viz lano

špagát *m slang etym. z it. spaghetti* viz lano

šplhat *verb. etym. přetvoření základů plouhat, plíhat, plazit se* dříve zastřešující pojem pro vertikální pohyb, dnes v užším kontextu gymnastické šplhání (šplhat na tyči/ na laně), lezení převzalo zastřešující význam

šplhadlo *n* viz blokant

šprušle žebříku *f* vodorovná příčka na žebříku, slouží k uchycení rukou a nohou

šroub do ledu *m* nýt/ skoba s vrutovým závitem k usazení do ledu

šstand *m slang* viz jistící stanoviště

ššterbina *f etym. z psl. šščrbina* úzký zářez ve skále/ ledu

šš'áradlo *n slang* viz šš'ouradlo

šš'ouradlo *n slang* kovová/ plastová tyčka; na jednom konci opatřená háčkem, který slouží k usazování, ale především k vyndávání uzlů ze spár

ššuk *m slang* komplikovaná pozice, lezcovo těžiště se dostane výše, díky tomu větší dosah pažemi; název vznikl podle cesty Chouca v Buoux, která se musí lézt touto technikou

ššulení *n* podvádění vzhledem k nepsaným pravidlům lezení

ššvětlost *f* vzdálenost mezi nosem a horní částí pojistky karabiny při otevření

T

T – **kotvení** *n* cepínem vykopaná díra ve sněhu ve tvaru T, do ní vložený cepín a na něm navlečená plochá smyčka s karabinou

tahat *verb.* 1. viz lézt první 2. zakládat postupové jištění

TD *zkr. z fran. Très Difficile* stupeň alpské stupnice, zvětšené obtíže

teču *verb. slang* viz docházet

technické lezení *n* lezec využívá při lezení umělé pomůcky, například stoupá po žebříčkách, pomáhá si přitahem za lano a podobně

technický výstup *m* 1. výstup s technickými pomůckami 2. výstup náročný na technické dovednosti lezce

technika *f*

deseti hrotů *m* postup lezení v ledu, našlapávání na celé plochy chodidel a zabodávání všech deseti hrotů do ledu nebo firnu, objevitel O. Eckenstein (desetihrotá železa), po tomto objevu se již horolezci nemuseli tolik trápit s vysekáváním stupů

komínová *f* viz komínové lezení

tejpa *f slang* viz tejpovačka

tejpovačka *f slang* speciální páska pro pasivní zpevnění/ ochranu kloubů a vazů (snižuje zatížení šlachového poutka)

teleskopická hůl *f* 1. pro vysokohorskou turistiku, možnost nastavení délky podle sklonu svahu a povahy postupu, na konci opatřena hrotem umožňující okamžité brzdění po uklouznutí či odpíchnutí při chůzi 2. s kartáčem na konci pro čištění vzdálených chytů/ stupů od přílišného množství magnezia

temování *n* kotvení borháků nebo kruhů do předvrtané díry

terasa *f etym. z lat. terra* velká plošina, netvoří však pruh přes stěnu jako lávka nebo galerie

terén *m etym. z lat. terrēnum* 1. členitost půdy 2. venkovní pracoviště k sledování určitých jevů

termoláhev *f* speciálně vyrobená láhev, slouží k uchování teploty obsahu

termoska *f* viz termoláhev

tělo karabiny *n* obvodová část karabiny

těžiště *n* působíště tíhové síly působící na těleso

Tiblok/ tiblok *m* obchodní název jednoduchého blokantu, výroba francouzská firma Petzl, vhodný jako záložní blokant pro neočekávané situace, je tvořen jediným kusem kovu, nutno použít v kombinaci s karabinou

tlakoměr *m* přístroj k měření atmosférického tlaku

torzní vklínělec *m* nejznámější hexentrik (průřez nepravidelného šestiúhelníku)

transportní saně *f* většinou plastové saně/ boby; bývají opatřeny popruhy se speciálním úvazem, který si jedinec upevní kolem pasu v případě tažení saní; většinou možnost zakrytí saní plachtou, použití pro přepravu potřebného vybavení a potravin

traverz *m* pohyb po horizontální linii

traverzování *n* pohyb jedince po horizontální linii, horizontální lezení

trekking *m etym. z angl. trek* viz vysokohorská turistika

trekkingová *adj.*

pohorka/ pohorky *f* kotníková lehká pohorka, často vibramová podrážka, vhodné do středně těžkých terénů (pro zajištěné cesty)

sandál/ sandály *f* sportovní sandále s relativně vyšší pevnou podrážkou, dobře řešené stahovací řemínky, široké uplatnění

trenér *m etym. z angl. train* odborně a pedagogicky vzdělaný tělovýchovný pracovník, vede horolezcův/ lezcův tréninkový proces

trhlina *f* spára ve skále/ ledu

TriCams *m* obchodní název pro typ abalaku

tropiko *n* vnější stan, plachta stanu

trubková ledovcová skoba *f* jistící prostředek, dva typy – trubkový šroub, zatloukací trubka

trubkový šroub *m* šroub do ledu opatřen na svém konci okem pro postupové jištění, do ledu se zašroubuje a poté opět vyšroubuje, použití především ledolezení, materiál legovaná kalená ocel

třmen *m* oko ze smyček pro postup při technickém lezení

túra *f etym. z lat. tornus* pěší cesta po horách

twist lock *m* 1. technika k jednoduššímu překonávání převisů, velkou část hmotnosti drží rameno 2. druh pojistky na karabině

Ť

U

UIAA *zkr. z fran. Union Internationale des Associations d' Alpinisme* mezinárodní organizace sdružující horolezecké svazy jednotlivých zemí

UIAGM *zkr. z fran. Union Internationale des Associations de Guides de Montagnes* Mezinárodní federace asociací horských vůdců

umělý *adj.*

lezecká stěna *f* opláštěná konstrukce sloužící k lezení

vlákno *n*

polyamid *m* využívá se na výrobu lan, smyček, popruhů apod., značná pevnost v tahu a elasticnost, voda způsobuje menší pokles nosnosti

polyester *m* využívá se na výrobu smyček, sportovních oděvů apod., pevnost v tahu a elasticnost, neovlivňuje jej voda, odolný proti prodření o skálu

polypropylen *m* využívá se na výrobu lan, pevný v tahu, lehký, plave na vodě, citlivý na sluneční a UV záření

UV filtr *m* speciální pokrytí skel od brýlí, najdeme jej na sklíčkách brýlí, odfiltruje ze slunečního spektra ultrafialové paprsky

uzel *m etym. z psl. vǫzlb* pevné spojení dvou či více kusů materiálu (obvykle lana)

uzlovatelnost *f* poměr mezi průměrem lana a vnitřním průměrem uzlu na laně, normovaná vlastnost

Ú

úbočí *n etym. z pol. ubocz* mezi dvěma hřebeny štítu

údolnice *f* křivka spojující místa největšího vyhloubení příčného řezu údolím

úpatí *n* nejspodnější část hory

úvazek *m*

celotělový úvazek kolem trupu, slouží k zajištění při pádu, k navázání na lano, k odsednutí, ke slanění atd.

hrudní úvazek *m* úvazek kolem hrudní části a ramen, slouží k zajištění horolezce/ lezce při pádu, vhodný doplněk sedacího úvazku, nesmí se používat samostatně

kombinovaný skládá se z prsního a sedacího úvazku, slouží k zajištění při pádu, k navázání na lano, k odsednutí, ke slanění atd.

sedací úvazek kolem pasu a obou stehů, slouží k zajištění při pádu, k navázání na lano, k odsednutí, ke slanění atd.; typy – víceúčelový, sportovní

V

v – systém *m* druh jisticího systému, použití u zajištěných cest; složení: smyčka, tlumič, karabiny; tvar písmene „V“

varianta *f* obměněná část známého výstupu

vápno *n slang* viz vápenec

velehorské horolezectví *n* horolezectví ve výškách přibližně kolem 5500 m a výše

venkovní lezení *n* lezení v přírodním terénu

vercajk *m slang* vybavení pro horolezectví/ lezení

věž (skalní věž) *f* samostatný spíše užší a vyšší skalní útvar

VHT *zkr.* vysokohorská turistika

Via Ferrata *f z ital. (železná cesta)* viz zajištěná cesta

Vibram *m* výrobce a značka nejpoužívanější pryžové směsi na výrobu podešví různých typů obuvi, název vznikl od objevitele Vitale Bramani

vis *m* 1. pověšení se za ruce 2. vis v laně

vícedélka *f slang* viz vícedélková cesta

vícedélková cesta *f* cesta o více délek lan

vklinělec *m* tělísko rozličných tvarů a velikostí; upevněn na smyčce, porpuhu nebo ocelovém lanku; k zřizování pevných zajišťovacích bodů vklíněním do spár

vklinělec profilu T *m* torzní vklínělec ve tvaru T, vhodné využití do volných vystrčených hran, od vklíněnce vede ocelové lanko/ smyčka/ popruh

vnitřní bota *f* vyjímatelná teplá vložka z dvojitých bot (duplexy)

volné lezení *n* *etym. z něm. Freiklettern* při výstupu použití jen přirozeného povrchu skály a síly lezce

vrata *n* ztráta rovnováhy a přetočení kolem vertikální osy, následkem je pád

vratný bod *m* jistící bod, u kterého končí výstupová trasa

vražda *f* *slang* špatně zajištěná cesta

vrchol *m* *etym. z psl. vrbchъ* nejvyšší bod hory, skalní věže nebo umělé stěny

vrcholová knížka *f* knížka, do které se zapisují výstupy; je téměř vždy na vrcholu skalní věže/ skály/ hory

vrcholový hřeben *m* úzký sněhový, ledový nebo skalní hřbet na vrcholu hory

vrut *m* nejmenší stup, používán především na nohy (výjimečně pro ruce)

vteřinové lepidlo *n* prostředek na lepení, použití na natržení kůže na prstech

vůdce *m* profesionál, provází horolezce, sportovce a turisty ve vysokohorských podmínkách pro zajištění jejich bezpečnosti a úspěchu výpravy, horští vůdci bývají certifikováni a licencováni organizací UIAGM (Mezinárodní federace asociací horských vůdců)

vůdcovský uzel *m* nejjednodušší uzel z hlediska vázání, libovolně velký ohyb lana zespoda provlečeme předem vytvořeným okem, lze jej uvázat jednou rukou, vhodný pro uchycení lana napevno, pro sebejištění na stanovišti, do spár

vykozit (egypt'an) *verb.* lezecká technika, používá se na strmé nebo převislé skále; vytočíme koleno dovnitř na straně, na které chceme dosáhnout na chyt; koleno je extrémně vytočené a špičkou nohy vytočeného kolena se těžiště podaří přisunout co nejbližší k povrchu skály; tělo natočíme k chytu, který držíme

vysokohorská turistika *f* pohyb v horách, jakýkoliv pohyb v horách bez jistících a horolezeckých pomůcek, někdy se setkáme i s názvy jako horská turistika, turistika v horách nebo trekking

vysoký krok *m* krok do výše flexe kyčelního kloubu

vyšívání *n* viz šicí stroj

vytahovací (transportní) vak *m* pomůcka pro technické lezení a lezení velkých stěn, vak je z velmi odolného materiálu proti oděru, ve vaku lezci vytahují materiál a zásoby

vyzvonění *n* vypadnutí jistícího prostředku ze skály

vyvést *verb.* viz lézt první

výstředníkový mechanický vklínělec *m* viz mechanický vklínělec, varianty s dvěma, třemi nebo čtyřmi výkyvnými palci na společné ose, pro dobré držení nesmí být jejich výstředníky v době usazení zcela rozevřené, výstředníkové mechanické vklíněnce jsou někdy nazývány „aktivní camy“

výstředníkový vklínělec *m* vklínělec na principu rotace rozpírajícího se klínu, jedno provedení vklíněnce zaručuje vhodné použití pro různé šířky a tvary spár; zakřivená část má nejčastěji profil logaritmické spirály či elipsy, která při natočení vykazuje různou šířku; pro výstředníkové vklíněnce se někdy používá název „camy“

výstup *m* dosažení vrcholu, na skále či v horách, vylezená horolezecká cesta

výškoměr *m* přístroj, měří tlak vzduchu a s jeho pomocí určuje nadmořskou výšku

výškové horolezectví *n* horolezectví v nejvyšších nadmořských výškách, nutná aklimatizace jedince

výškový otok (edém) mozku *m* forma akutní horské nemoci, nahromaděná tekutina stlačí mozkovou tkáň a dochází k nervovým poruchám, někdy až k bezvědomí

výškový otok (edém) plic *m* forma akutní horské nemoci, dochází k hromadění tekutiny v plicní tkáni a plicních sklípcích

vytloukat skoby *verb.* dostávat skoby ven ze skály/ ledu pomocí kladiva

výzbroj *f* vybavení horolezce sloužící k vlastnímu lezení (zajišťovací pomůcky, doplňující pomůcky)

vzepření se na nohou *verb.* pohyb, k dosažení výše díky dolním končetinám, na kterých se lezec zvedne

W

X

Y

yosemitská dračí smyčka *f* vylepšená klasická dvojitá dračí smyčka

y – **system** *m* druh jistícího systému, použití u zajištěných cest; složení smyčka, tlumič, karabiny, tvar písmene „Y“

Z

zadrhovací uzel *f* uzel se po zatížení svírá, po uvolnění prokluzuje, slouží k výstupu po laně nebo k sebejištění

zafixovat *verb.* 1. něco někam upevnit či zajisti tak, aby nedocházelo k posunování, sjíždění apod. 2. platí i pro pohyb

zajištěná cesta *f* uměle zajištěná horolezecká cesta; stupeň obtížnosti je zmírněn ocelovými lany, kramlemi, kolíky, žebříky, mosty

zatloukácká trubka *f* jistící prostředek do ledu, podobný šroubu do ledu, ale oproti němu má jemný závit a do ledu se zatlouká kladivem, ven se vyšroubuje pomocí mělkého závitu, materiál legovaná kalená ocel

záhrab *m* vyhloubená sněhová jeskyně, slouží při bivaku proti větru či mrazu

záchrana *f* 1. akce k záchraně jednoho či více jedinců 2. druh činnosti, lezec dává záchranu prvolezci vzpaženými rukama, záchrana se používá u boulderingu nebo u lezení cesty před prvním jištěním

záchytný náraz *m* normovaná vlastnost, nejzazší pozice záchytného pádu

základová lavina *f* sesun všech vrstev sněhu až po skálu/ zem/ led

zámek (karabiny) *m* 1. spojení nosu a západky na karabině 2. někdy zaměňován s pojistkou karabiny

zánět šlachy *m* druh zranění, k zánětu dojde vždy po extrémní námaze doprovázené zpravidla mikrotrhlinkami ve šlaše a následným otokem, někdy až přetržení šlachy

západka *f* pohyblivá část karabiny, okolo je pojistka

závěsný háček *m* viz skyhook, háček na polohování/ postup/ pro tahací vak

závit *m* 1. prostředek k uchycení chytu na umělou stěnu 2. tvar lana v psané formě písmene l

zelený bod *m* jakékoliv volné lezení bez použití magnezia, někdy i bez použití lezeček

zemovka *f slang* pád na zem

zip (suchý zip) *m etym. z angl. zip* 1. rychlozapínací prostředek 2. postupné vytrhávání jednoho jistícího prostředku za druhým

zkracovací smyčka *f* uzel pro zkrácení lana, ze tří ok, prostřední se poté provlékne dvěma krajními

zkracovačka *f slang* viz zkracovací smyčka

zlomisko *n* staré suťovisko v dolinách

znělec *m* výlevná magmatická hornina světle šedé až nazelenalé barvy, obsahuje značný podíl živcových hornin a živce, v menší míře i plagioklas

způsob výstupu *m*

alpský styl *m* výstup bez pomoci kyslíkových lahví, žádná pomoc jiných expedic, postup bez budování postupových táborů

zrát *verb. slang etym. z psl. zbrěti* viz dochází mi, v mluveném jazyce: „zraju“

zruš/ zrušit *verb.* pokyn horolezce/ lezce k zrušení/ ukončení jištění

zub *m etym. z psl. zpbъ* výrazná skalní věž

Ž

žabák *m slang* viz žabí postoj

žabí postoj *m* pozice lezce, dolní končetiny jsou v zevní rotaci a abdukci v kyčelním kloubu

žábovačka *f slang* způsob lezení ve spáře za pomoci vzpříčených prstů a kloubů ruky

žebro *n* viz pilíř

železa *f*

Eckensteinova stoupací železa *f* desetihrotá stoupací železa, předchůdce dnešních stoupacích želez – avšak stále se používají, dva přední hroty přidal až později Grivel

stoupací rám se sadou hrotů připevňující se na obuv, pro pohyb v ledovém a sněhovém terénu, materiál legovaná ocel, výjimečně titan pro snížení hmotnosti

kloubová skládají se ze dvou částí spojených kloubem, výhodou je pohodlnější chůze

rámová skládají se z jednoho kusu rámu na botu

železo *n* horolezecký/ lezecký materiál z kovu (karabiny, expresky, vklíněnce atd.)

žiletková skoba *f* skoba tenká téměř jako žiletka, do těch nejužších spár

živý žebřík *m* dva a více lezců si vzájemně stoupne na ramena a vytvoří živý žebřík, použití na pískovcových skalách při překonání obtížného úseku

žlab *m* koryto/ úzké údolí

žlábek *m zdrob.* viz žlab

žleb *m* hluboké úzké údolí