

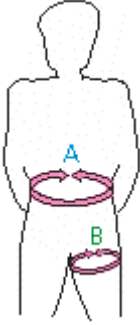



## 5. Одягання страхувальної системи.

а. Бесідка; б. Бесідка+ грудна

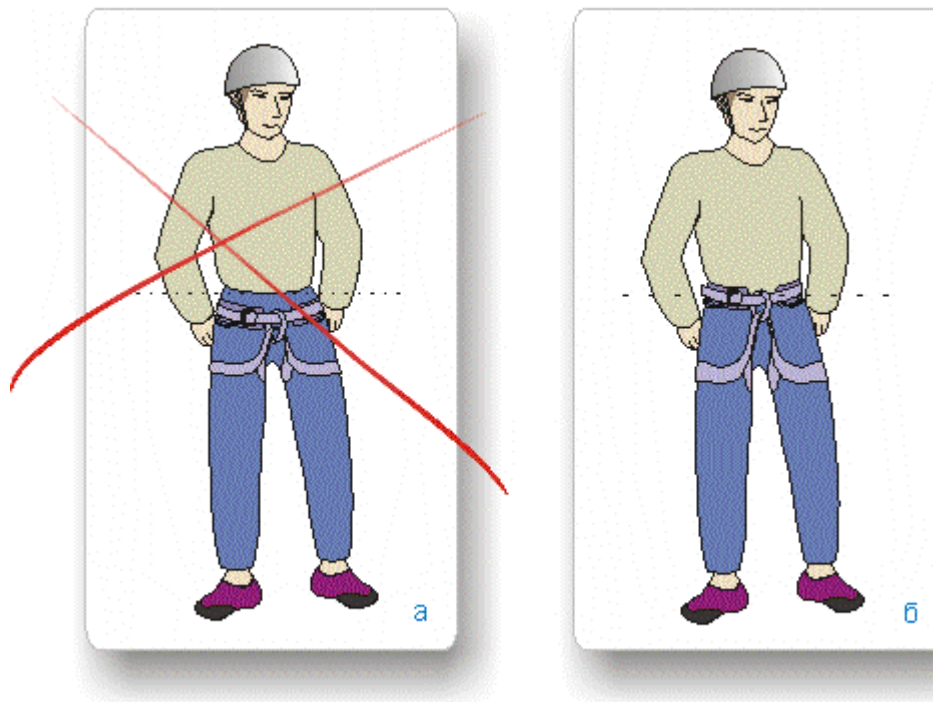
**а. Бесідка** - страхувальна система пасів навколо тулуба та ніг (в сленгу кажуть "система"). Для безпеки лазіння важливо правильно одягати систему. Тому слід пам'ятати :

1. Розмір бесідки має відповідати індивідуальним вимірам тіла (таб.1);

	S	M	L	XL	
					
A (см)	75	80	85	90	
B (см)	53	58	63	63	
Вага (рр)	380	400	420	440	

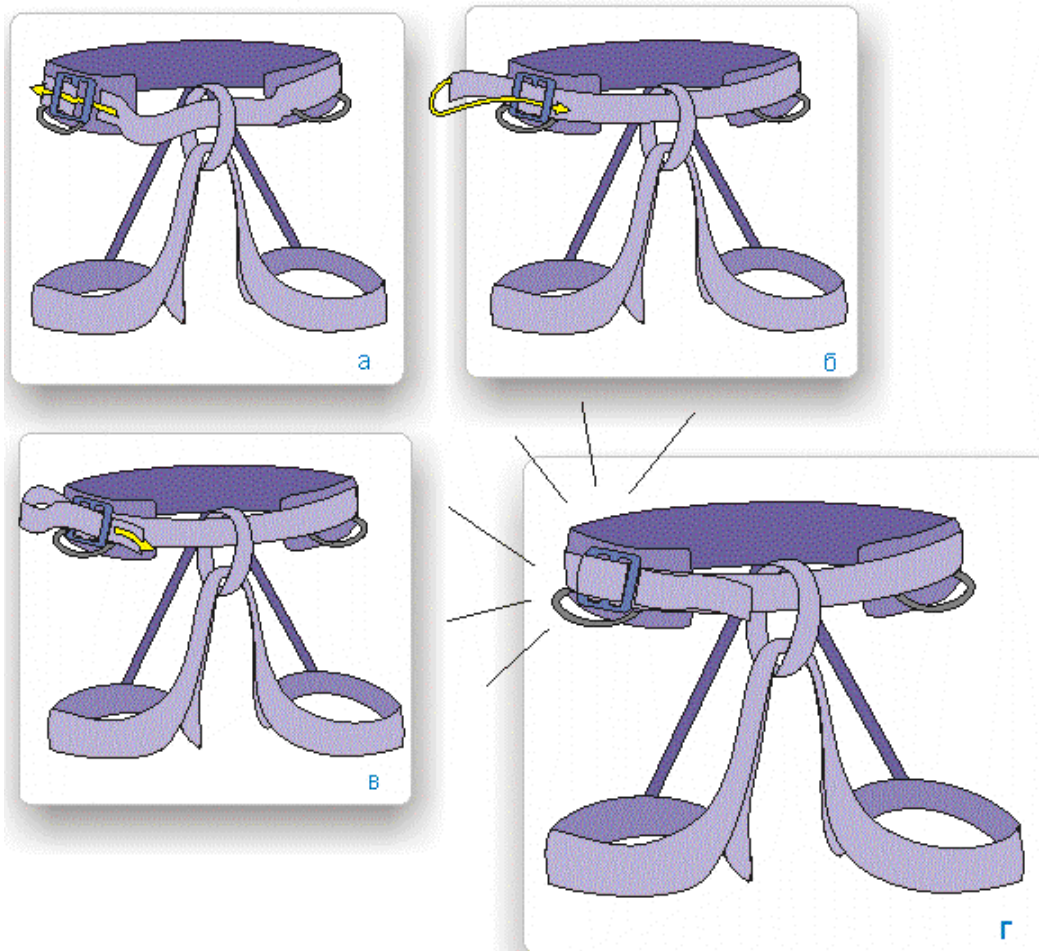
Таблиця 1. Співвідношення вимірів тіла до розмірів бесідки згідно даних фірми "SINGING ROCK".

2. Головний пас має бути на талії (мал.11а, б.);



Мал.11. Положення паса бесідки на тулубі :  
а – неправильне ; б – правильне.

3. Головний пас має бути **обов'язково “пропущений” в пряжку та випущений у зворотнім напрямку** (мал.12.) Мінімальна довжина паса, що “виходить” з пряжки не повинна бути меншою за **80 мм**.



Мал.12. Затяжка паса бeсiдки.

**б.**



**Бесiдка+ грудна (або обв'язка).** Варіант страхувальної системи, де “грудна обв'язка” (страхувальний пас, який одягається на верхню частину тулуба) з'єднана з “бесiдкою” за допомогою мотузки, частіше застосовується в альпінізмі (мал.4). В порівнянні тільки до однієї бесiдки, система “бесiдка+грудна” має більш безпечніші та комфортніші умови перебування в ній після зриву. Саме такий варіант страхувальної системи рекомендований МСАА для використання в альпінізмі.

Мал.13.Бесiдка заблокована з грудною обв'язкою.