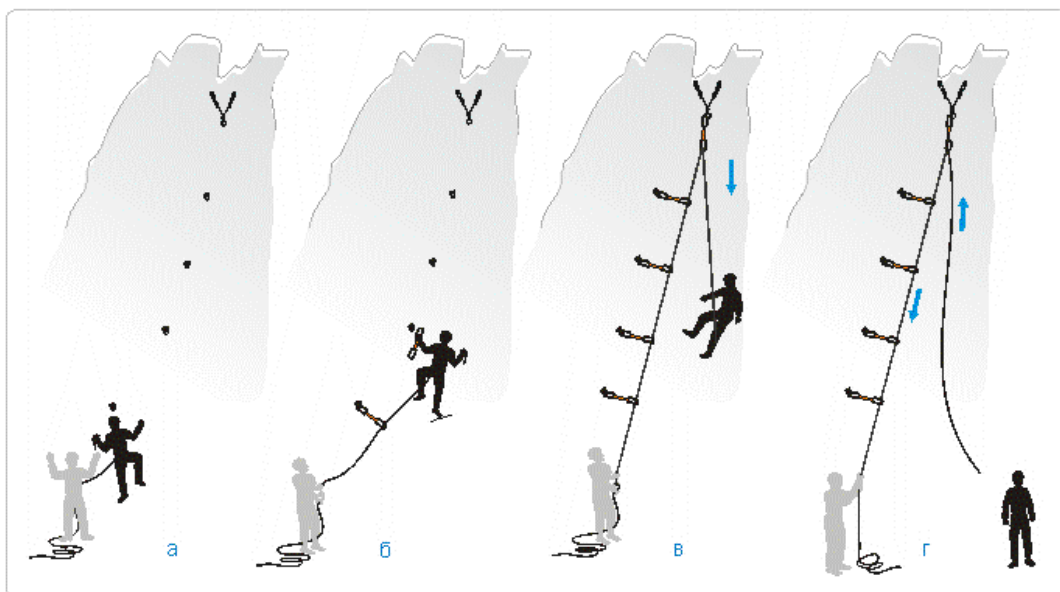




18. Облаштування лазіння з нижнім страхуванням на трасах з стаціонарними проміжними пунктами страхування

а. Лазіння з розвішуванням відтяжок; б. “Зриви”.

а. Лазіння з нижнім страхуванням з розвішуванням відтяжок: Лазіння з нижнім страхуванням починається з вибору маршруту та його візуального огляду. Першим ділом треба порахувати кількість проміжних пунктів страхування (гаків) і приготувати відповідну кількість “відтяжок” + одну запасну та один додатковий карабін. Все це на свою “бесідку” чіпляє “перший”. В той момент коли “перший” чіпляється вузлом до мотузки, другий – “перебирає” мотузку і вкладає її так, щоб під час лазіння “першого” вона не “плуталась” і легко “видавалась”. Далі, другий “чіпляє” мотузку в страхувальний пристрій - “вісімку”, облаштовує собі самостраховку (якщо потрібно). Ділянку скелі, до першого гака, “перший” пролазить з гімнастичним страхуванням, яке здійснює “другий”

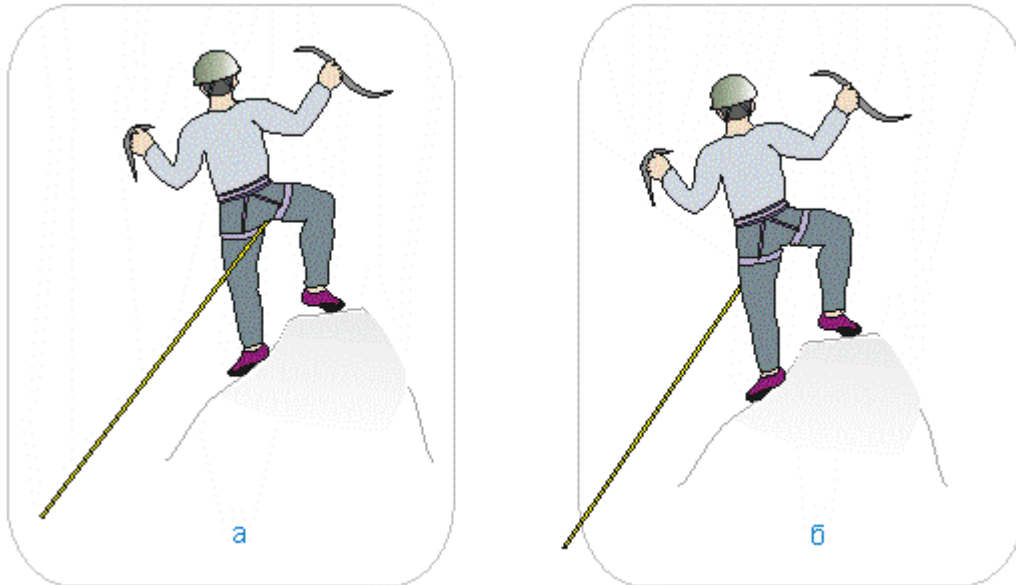


Мал. 55.Схема лазіння з нижнім страхуванням з розвішуванням “відтяжок”.



Мал.56.Лазіння по розвішаних відтяжках

(мал.55а). В цей гак “перший” чіпляє відтяжку, а в відтяжку мотузку, після чого “другий” негайно починає страхувати його через “вісімку” (мал.55б). В подальшому “перший” лізе до другого гака і повторює ту саму дію... і так до кінця маршруту. Після проходження маршруту “другий” опускає “першого” вниз “парашутом” (мал.55в).Перший розв’язує вузол, яким був приєднаний до мотузки, а другий витягує мотузку вниз (мал. 55г). “Другий” під час страхування має дуже уважно слідувати за діями “першого” і вчасно “м’яко видавати” або швидко “вибирати” мотузку. За звичай, на тренуваннях, найдосвідченіший скелелаз чіпляє “відтяжки” ...інші можуть лазити вже по розвішаних, “чіпляючи” в них тільки мотузку (мал.56). Під час лазіння “перший” повинен уважно слідувати за мотузкою, щоб вона не заплуталась між ногами, що може призвести до некерованого польоту при зриві.



Мал. 57. Положення мотузки при лазінні відносно тіла:
а – невірне ; в – вірне.

б. “Зриви”. Під час лазіння з нижнім страхуванням важливе значення має вміння “правильно” зриватись. Розрізняють два види “зриву”: “несподіваний” та “очікуваний”. “Несподіваний” зрив відбувається сам по собі і до нього не можливо підготуватись. “Очікуваний” – як правило, відбувається коли нема сил лізти вгору, а також спуститись вниз і за мить буде “зрив”... Безпосередньо, перед самим “зривом” треба ще раз перевірити положення мотузки відносно ніг, а потім згрупувавшись легко відштовхнутись (так ніби скачемо спиною вперед з бордюра тротуара)... Руки легко в сторони, готові для відпихання від скелі в момент ривка і натягнення мотузки.

Помилки страхувальника при страхуванні скелелазця, який зірвався:

- Міцно затиснена мотузка, внаслідок чого, сильний “удар” для спортсмена, який зірвався, що може призвести до травм ...
- Велике “протравлювання” мотузки, внаслідок чого, глибокий проліт падаючого партнера, що збільшує ймовірність зіштовхнення з поверхнею скелі.



Головні помилки при падінні:

- чіплення за скелю до “останнього”..., що в результаті може призвести до проковзування по поверхні скелі та отриманню травм;
- спроба, під час падіння, схопитися за останню відтяжку, що може призвести до травм пальців, долонь або рук;
- за надто сильний стрибок, який може призвести до великого “маятнику” та можливого удару об скелю.

