



Asekuracja na wędkę

W odpowiedzi na liczne pytania kierowane pod moim adresem, odnośnie zasad asekuracji na wędkę i pracy z dziećmi, przedstawiam kilka wypracowanych wskazówek odnośnie tego zagadnienia. Oczywiście temat został tylko poruszony a nie wyczerpany, a doświadczenie instruktora, pedagoga w pracy z dziećmi i klientami, ostatecznie decyduje o tym kto, kiedy i co już może robić pod naszym okiem.

Asekuracja „na wędkę” (z górną asekuracją).

A – osoba asekurująca (asekurant)

B – osoba wspinająca się (wspinacz)

Wizualna wzajemna kontrola dotyczy:

- poprawności założenia i zapięcia uprzęży
- sprawdzamy, czy liny nie są skręcone
- czy lina jest poprawnie przywiązana do uprzęży za pomocą węzła ósemkowego
- sprawdzamy poprawność założenia liny do przyrządu asekuracyjnego i karabinka zakręcanego oraz jego wpięcia do łącznika uprzęży.

Po tych czynnościach następują komendy:

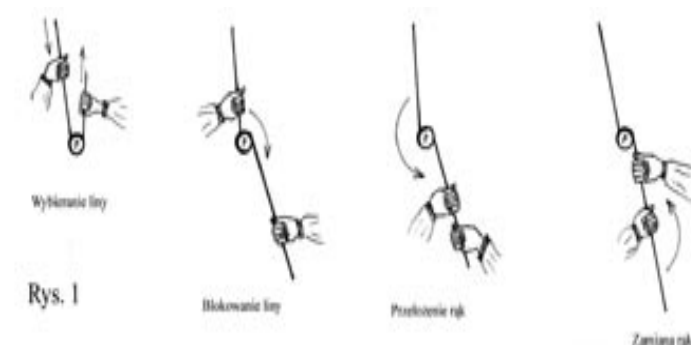
B: mogę iść?; **A:** Możesz iść!; **B:** idę!; **A:** Idź!

Uwaga!

1. Opisane czynności i rysunki dotyczą asekuracji przez osoby praworeczne.
2. Postawa asekuranta: w czasie asekuracji i opuszczania wspinacza asekurant powinien stać w wykroku rozkrocznym, lewa noga z przodu, stopy lekko na zewnątrz. Należy stać przodem do stanowiska górnego, maksymalnie 3 m od ściany, lekko z boku.
3. Ułożenie dłoni na linie w czasie asekuracji przez asekuranta:
 - pod przyrządem – kciukiem w kierunku przyrządu
 - nad przyrządem – kciukiem do góry
 - wszystkie palce obejmują linę (chwyt zamknięty)

W czasie wspinaczki wspinacz **B** dopasowuje szybkość swojego wspinania do szybkości asekuracji (wybierania liny) przez asekuranta.

Sposób wybierania liny:



wybiwanie – dłonie zawsze obejmują wszystkimi palcami linę. Lewa ręka wprowadza linę do przyrządu z wysokości czoła, a prawa ją wybiera. Wybieranie wykonujemy bardzo szybko gdyż w tej pozycji przyrząd jest odblokowany. Obie liny w czasie wybierania pracują równolegle obok siebie.

blokowanie – lewa ręka na linie nad przyrządem około 5 cm, prawa ręka blokuje linę pod przyrządem poniżej biodra.

przełożenie rąk na zablokowanej linie – prawa ręka z liną poniżej biodra, lewą rękę przekładamy na linę pod przyrząd (ok. 10 cm). Obie ręce są pod przyrządem. Teraz prawą rękę przekładamy nad rękę lewą, pod przyrząd.

powrót do pozycji wyjściowej – prawa ręka trzyma linę pod przyrządem, a lewa ręka chwyt linę ponad przyrządem, na wysokości czoła.

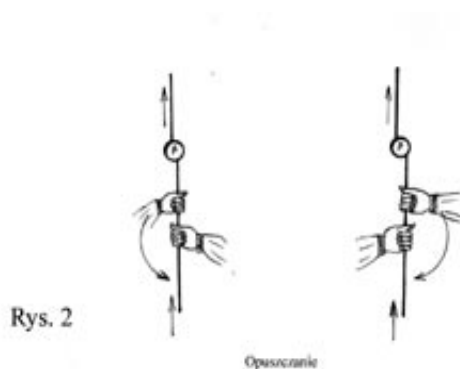
Po dojściu wspinacza do końca drogi następują komendy :

B: blok!

A: jest blok! (asekuran wybiera maksymalnie linę, aż do jej napięcia, następnie obie ręce trzymają linę pod przyrządem, pomiędzy nogami. Asekuran obciąża linę także własnym ciężarem obniżając biodra).

B: dół!

A: jest dół! (asekuran opuszcza wspinacza poprzez przekładanie rąk na linie pod zablokowanym przyrządem, górna ręka pod dolną, kontrolując szybkość opuszczania, itd., aż do opuszczenia wspinacza do półprzysiadu).



Wspinacz **B** po komendzie „blok” siada w uprzęży , nogi uniesione w przód w rozkroku, stopami oparte o ścianę ugięte w kolanach, ręce szeroko, uniesione na wysokość klatki piersiowej, ugięte w łokciach, podobnie jak nogi stabilizują sylwetkę w trakcie opuszczania.

UWAGI:

1. W czasie wspinaczki możliwe jest również odpadnięcie lub poproszenie o blok przez wspinacza; wtedy stosuje się komendy:
B: blok; **A:** jest blok; **B:** idę dalej (lub: dół); **A:** idź (lub: jest dół)
2. Lina powinna być ciasno dowiązana węzłem ósemkowym do uprzęży. Długość końcówki liny wychodzącej z węzła powinna wynosić minimum 10 średnic liny (np. gdy średnica liny wynosi 11 mm, to z ósemki wychodzi 11cm liny). Oczywiście końcówka liny nie powinna być zbyt długa, np. 40 cm (optymalnie 20 cm).
3. Podczas nauki asekuracji i pracy z dziećmi tworzymy zespoły trzyosobowe; jedna osoba się wspina, druga asekuje, a trzecia – zabezpiecza asekuranta i obserwuje go, oburącz luźno trzyma linę ok. 2 m za asekurantem, wybierając ją lub wydając, w zależności od tego, czy asekurant wybiera, czy opuszcza wspinacza.
4. Asekurant i wspinacz (szczególnie w okresie początkowym) a także dzieci, powinny mieć podobną masę ciała.

5.

Z życzeniami bezpiecznej pracy,

Jacek Czech

Autor jest instruktorem wspinaczki sportowej i magistrem wychowania fizycznego – absolwentem Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach. Instruktor taternictwa PZA oraz instruktor wspinaczki wysokogórskiej