

Sprawozdanie z akcji krajowej grupy Polski Alpinizm Kobiety

Polskiego Związku Alpinizmu

W dniach 20–22 marca w Będkovicach odbyła się krajowa konsultacja grupy PAKa (Polski Alpinizm Kobiety PZA).

Głównym celem wyjazdu było doskonalenie umiejętności z zakresu autoratownictwa na drogach wielowyciągowych. Ćwiczenia miały charakter praktyczny i obejmował realizację licznych scenariuszy symulujących sytuacje awaryjne, wymagające samodzielnego i skutecznego działania w ścianie.



W trakcie konsultacji uczestniczki ćwiczyły m.in. opuszczanie i podciąganie uszkodzonej, zjazd z uszkodzoną w trawersie, podjęcie uszkodzonej na prowadzeniu, a także wyciągnięcie ze szczeliny lodowcowej. Doskonalono również techniki podchodzenia i schodzenia na prusikach oraz przechodzenia przez węzeł podczas zjazdu. Istotnym elementem szkolenia były różne metody zjazdu w sytuacji utraty przyrządu asekuracyjno-zjazdowego, jak również techniki odciążania i uwalniania przyrządu asekuracyjnego wraz z omówieniem preferowanych wariantów. Uczestniczki omawiały także zagadnienia związane z budową stanowisk, dzieląc się stosowanymi rozwiązaniami i doświadczeniami.



Konsultacja stanowiła nie tylko intensywny trening umiejętności technicznych, lecz także istotną przestrzeń do wymiany doświadczeń oraz integracji zespołu. Uczestniczki miały możliwość porównania stosowanych metod działania, ich weryfikacji oraz ujednolicenia przyjmowanych procedur.



Efektom przeprowadzonych działań jest podniesienie poziomu kompetencji w zakresie reagowania na sytuacje awaryjne w terenie górskim. Zdobyta i uporządkowana wiedza powinna przełożyć się na większą pewność działania oraz skuteczność podejmowanych decyzji w krytycznych sytuacjach. Takie spotkania to nie tylko trening umiejętności, ale też przestrzeń do wymiany doświadczeń, wzajemnego wsparcia i budowania zgranych zespołów — a to w górach jest absolutnie kluczowe.

Lista uczestniczek:

Małgorzata Jurewicz, Aleksandra Przybysz, Alina Szyld, Ilona Podlecka, Klaudia Karwize, Ida Kupś, Kinga Biernat, Karina Kosiorek, Małgorzata Różewicz, Anna Filimowska, Renata Bielańska, Anna Mysza.

Dziękujemy Ministerstwu Sportu i Turystyki oraz Polskiemu Związkowi Alpinizmu za dofinansowanie konsultacji krajowej.

Z taternickim pozdrowieniem,
Grupa PAKa