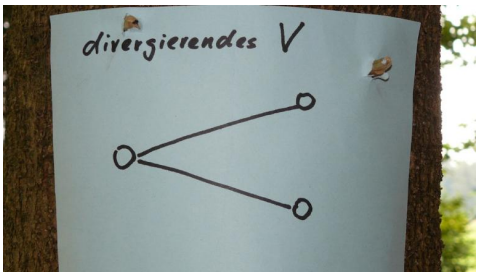
WYSŁANE PRZEZ
Zusanne

ON
17.10.2012

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

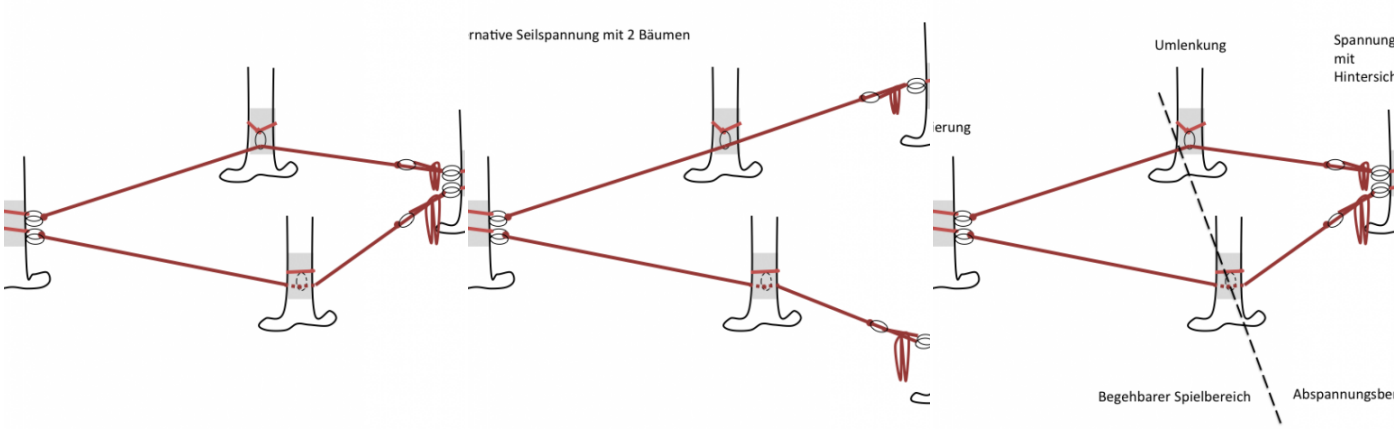
Diverging V

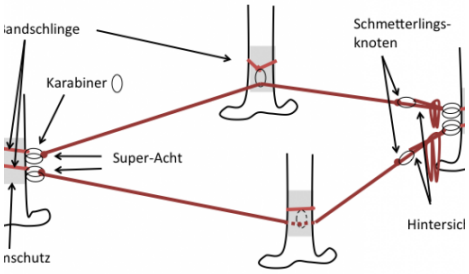


Niski element linowy, który wymaga współpracy, zaufania i równowagi.

Ten artykuł zakłada, że dana osoba posiada wiedzę na temat niskich konstrukcji linowych i jest w stanie bezpiecznie je nadzorować!

Szkice





Materiał

- 2 liny statyczne o długości ok. 20 m
- 12 karabinków (+2 do zawieszenia liny w razie potrzeby)
- 6 zawiesi taśmowych
- 4 ochraniacze na drzewa
- bardzo pomocne są gumowe napinacze, które mocują ochronę drzewa

Struktura

Przygotowania

- Sporządzenie szkicu niskiego elementu linowego i dostarczenie materiałów
- Wybierz miejsce (w razie potrzeby uzyskaj pozwolenie...)
- Wybrać drzewa
- Usunąć źródła zagrożenia (gałęzie na wysokości oczu, "oczyścić" podłoże z gałęzi, potłuczonego szkła, dziur,.... usunąć martwe drewno,...)
- Rozłóż materiał wyraźnie na plandece

Mocowanie liny za pomocą super ósemki (znanej również jako popisowa ósemka)

Jest mocowana nadmiarowo.

- Zamocuj zabezpieczenie drzewa
- ułóż 2 taśmy w kształcie litery U równolegle wokół drzewa, ale nie jedna na drugiej!
- Przymocuj dwa karabinki do każdego zawiesia w przeciwnych kierunkach.
- Zawiąż super ósemkę na początku każdej liny (2x). Super ósemka jest używana, ponieważ ma większą powierzchnię styku niż zwykła ósemka.
- JEDNA super ósemka jest zaczepiona do JEDNEJ taśmy z DWOMA karabinkami biegnącymi w przeciwnych kierunkach.
- Upewnij się, że karabinki są prawidłowo ustawione, a screwgate jest skierowany w dół (grawitacja)!

Odchylenie

Każdy splot liny jest odchylany na drzewie, aby można go było później napiąć.

- Zakładanie zabezpieczenia na drzewo
- Umieść zawiesie w kształcie litery U wokół drzewa (w zależności od długości, ewentualnie ze ściegiem kotwiczącym)
- Zamocuj karabinek i upewnij się, że nakrętka jest skierowana w dół i z dala od drzewa.
- Przełóż linę przez karabinek.

Zespół napinający z węzłem motylkowym i asekuracją tylną

Istnieje kilka sposobów napinania lin. Tutaj opisano wariant z węzłem motylkowym, ponieważ nie wymaga on żadnych dodatkowych materiałów.

- Zamocuj zabezpieczenie drzewa.
- ułóż 2 taśmy w kształcie litery U równolegle wokół drzewa, ale nie jedna na drugiej!
- Przymocuj dwa karabinki do każdego zawiesia w przeciwnych kierunkach.
- Zawiąż węzeł motylkowy na każdej linie. Zwróć uwagę na prawidłowy rozstaw!
- Przymocuj karabinek do każdego węzła motylkowego.

- Zacznij od jednej liny i poprowadź ją luźno w kierunku naprężenia przez dwa karabinki zawiesi taśmowych i z powrotem przez karabinek na węźle motylkowym.
- Zakręć wszystkie karabinki i upewnij się, że znajdują się we właściwej pozycji!
- Teraz napnij linę. Należy pamiętać, że linę można napiąć tylko raz.
- Zabezpiecz naprężoną linę za pomocą węzła ślizgowego i co najmniej 4 węzłów typu precel.
- Zwinąć pozostały koniec liny i zaczepić go na naprężonej linie, najlepiej za pomocą innego karabinka.

Wykonanie

Zasada tego elementu polega na tym, że dwaj partnerzy naciskają na siebie ciężarem ciała, a tym samym stabilizują się nawzajem.

- Czterech obserwatorów, trener i dwie osoby są wymagane do wykonania tego elementu jako ćwiczenia partnerskiego.
- Po pierwsze, element jest wyjaśniony i instrukcje bezpieczeństwa są egzekwowane. (w razie potrzeby zdejmij biżuterię, zwiąż włosy, ...)
- Wszyscy udają się na swoje pozycje: obserwator, partner i trener.
- Partnerzy wspinają się na linę (nie nadepnąć na węzły!) i idą do przekierowania.
- Tam schodzą z liny we wzajemnym porozumieniu. Alternatywnie mogą wrócić do punktu wyjścia.
- Klaszczą tylko wtedy, gdy wszyscy bezpiecznie wrócą na ziemię i ćwiczenie zostanie zakończone.

Instrukcje bezpieczeństwa

- Usunąć wszystkie źródła zagrożeń, jak opisano w sekcji Przygotowania.
- Po elemencie można chodzić tylko do momentu ugięcia.
- Nie wolno wchodzić na węzły i zawiesia, a jedynie na pracującą linę.
- Zdejmij pierścionki, zegarki i bransoletki ze względu na ryzyko obrażeń. Nie wolno wiązać włosów.
- Można położyć tylko dłoń na dłoni lub spleść ramię. Nie wolno splatać palców!
- Jeden obserwator na raz idzie za osobą znajdującą się poza liną.
- Dwóch obserwatorów ustawia się w pozycji przykucniętej wewnątrz V, aby złapać spadającą osobę plecami.
- Zjazd z liny musi odbywać się w tym samym czasie. Obaj partnerzy muszą się ze sobą komunikować, w przeciwnym razie jeden z nich spadnie do środka.
- Klaskanie jest dozwolone tylko wtedy, gdy wszyscy bezpiecznie wrócą na ziemię.

Zdjęcia






Objaśnienie zdjęć (od lewej do prawej)

- Zdjęcie z widokiem mocowania
- Zdjęcie z widokiem jednostki napinającej z tylnym zabezpieczeniem
- Ilustracja pracy partnerskiej (dłonie ściśnięte razem, palce nie splecione)
- Ilustracja prawidłowej wspinaczki z całym zespołem
  - Trener (po lewej na zdjęciu na pniu drzewa)
  - Partner (stabilizujący się nawzajem, chwytając się za ramiona)
  - 2 obserwatorów za osobą
  - 2 obserwatorów w pozycji przykucniętej wewnątrz V
  - Widzowie znajdują się poza polem widzenia w oznaczonym obszarze

Dowód źródła

- Zdjęcie na okładce: Susanne Beier
- Szkice: Susanne Beier
- Zdjęcia: Susanne Beier

Weitere Informationen

Kategorie
Gry i zajęcia

Tagi
Współpraca

Wiek
Brak dostępnych danych.

Liczba uczestników
1–20

Biblia
Brakuje tej informacji.

Czas trwania
Brak dostępnych danych.

Materiał
Mnóstwo pracy

Pobieranie plików
Brak pobierania plików

KI Generierter Inhalt
Zawartość
Kategorie
Tagi
Wiek
Liczba uczestników
Biblia
Czas trwania
Materiał

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/pl/wiki/art/diverging-v