SUBMITTED BY
Irmgard

ON
11.04.2014

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Între cer și pământ – Coborârea în rapel



Coborârea în rapel? Nu! În niciun caz. E mult prea periculos, și cine știe ce s-ar putea întâmpla!

Vrem să-ți arătăm că coborârea în rapel nu trebuie să fie mai periculoasă decât un joc în pădure. Dacă se respectă măsurile de siguranță de bază, coborârea în rapel devine o experiență plăcută și specială, care va rămâne mult timp în memorie.

Articolul complet, cu imagini ale nodurilor, carabinierelor etc., îl găsești în fișierul PDF

Ghid scurt pentru o coborâre în rapel reușită

În primul rând, ar trebui să cauți un teren potrivit. Acordă-ți suficient timp pentru asta, deoarece un loc bun pentru coborârea în rapel reprezintă deja jumătate din succes. Gândește-te la înălțimea de la care se va face coborârea, deoarece pentru participanți contează foarte mult dacă se vor coborî doar de pe un zid mic de zece metri sau de pe o stâncă de 30 de metri. După ce ai găsit un loc, pune-ți următoarele întrebări:

- Există suficiente posibilități de asigurare a locului de coborâre în rapel?
- Cel puțin persoana care coboară în rapel și instructorul care asigură au un spațiu de staționare suficient de mare, fără a se pune pe ei înșiși și pe alții în pericol?
- Există o cale de acces sigură către locul de coborâre în rapel, adică participanții tăi pot ajunge fără pericol la locul respectiv?

Caută un loc care să ofere posibilitatea de a-i ocupa în alt mod pe copiii care nu se pot coborî cu frânghia în acel moment. Desigur, un loc de coborâre captivant (de exemplu, lângă o cascadă, într-un loc cu o priveliște frumoasă) este mult mai interesant pentru participanți decât dacă te-ai coborî pe o pantă argiloasă într-o pădure întunecată. Dacă ai copii care nu s-au coborât niciodată în rapel și, prin urmare, sunt speriați (ceea ce este foarte probabil), asigură-te că în apropiere există o pantă nu prea abruptă, pe care să poată exersa coborârea în rapel.

Fixarea frânghiei / Asigurarea

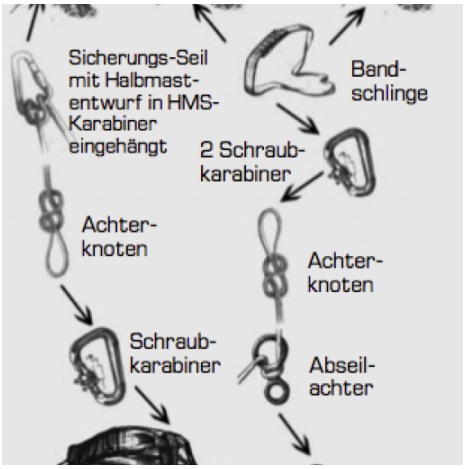
După ce ai găsit locul ideal, trebuie să amenajezi punctul de coborâre în rapel (vezi fig. p. 26). Pentru aceasta, ai nevoie de cel puțin două puncte de fixare extrem de solide, cum ar fi, de exemplu, doi copaci sănătoși, o balustradă fixată în beton sau ceva similar. Acum, frânghia se fixează de punctele de ancorare cu ajutorul a două bucle din bandă (la montarea sistemului de asigurare, trebuie să te asiguri că toate punctele de asigurare sunt redundante, adică realizate în dublu exemplar). Este important ca persoana care asigură să aibă o poziție stabilă (atenție: căderi de pietre, pericol de alunecare etc.). În plus, comunicarea între persoana care coboară în rapel și cea care asigură trebuie să fie asigurată în permanență, astfel încât să se poată interveni imediat în cazul apariției unor probleme. La capătul inferior al traseului de coborâre trebuie să se afle o altă persoană de

supraveghere, care să-l elibereze pe cel care coboară de pe frânghie și să se asigure că în zona de coborâre nu se află persoane neimplicate.

Coborârea în rapel

Acum ești în sfârșit pregătit și poți trimite cea mai curajoasă persoană în călătorie. După ce ai pus „Gschtältli”, agăți dispozitivul de coborâre în frânghie și îl fixezi apoi cu un carabinier cu filet la Gschtältli (carabinierul trebuie întotdeauna înșurubat). Cu ajutorul unui alt carabinier poți fixa frânghia de asigurare de „Gschtältli”. Asigurarea se realizează acum cu ajutorul unui nod semi-mast și al unui carabinier HMS, care este agățat de ancoraj.

Poziția corectă la coborârea în rapel este, în general, cu picioarele perpendiculare pe perete, picioarele întinse și ușor depărtate (unghi de deschidere de aproximativ 45°). Acest lucru împiedică răsturnarea laterală. Acum trebuie să cobori încet, pas cu pas, până când ajungi din nou pe un teren sigur. Cel târziu în acest moment te cuprinde o senzație de euforie, amestecată cu o porție de ușurare.



Noțiuni de bază

Siguranța

Când practici rapelul cu copiii, responsabilitatea este mare, iar acest lucru trebuie să-ți fie absolut clar. Rapelul ar trebui să fie exersat mai întâi în cadrul echipei de animatori, înainte de a organiza o după-amiază cu tinerii. Poate cunoști o persoană cu experiență în cercul tău de cunoștințe care să vă ajute în acest sens.

La coborârea în rapel trebuie să se acorde o atenție deosebită următoarelor aspecte:

● Părul lung / hainele:
Dacă acestea ajung între frânghie și dispozitivul de coborâre, va fi dificil și, aproape sigur, dureros să le eliberați. De asemenea, colierele sau alte obiecte similare pot avea consecințe dezastruoase

Căderea pietrelor

La alegerea terenului, asigurați-vă că nu există riscul ca pietrele să se desprindă (de aceea, rocile de tip „Nagelfluh” sunt absolut nepotrivite pentru coborârea în rapel).

Redundanță generală

Toate elementele ar trebui, pe cât posibil, să fie dublate. De exemplu, fixați frânghia cu două carabiniere cu șurub (vezi fig.). Pentru a doua frânghie, utilizată pentru asigurarea persoanei, ar trebui aleasă o ancorare separată. Asigurați-vă neapărat că carabinierele sunt înșurubate!

Căldura generată prin frecare

Între frânghie și dispozitivul de coborâre se generează căldură. În funcție de viteza de coborâre, această căldură este suficientă pentru a topi învelișul frânghiei. Odată ajuns jos, dispozitivul de coborâre trebuie separat imediat de frânghie.

Echipament

Materialul are o importanță deosebită la coborârea în rapel. Atunci când închiriați echipament, asigurați-vă întotdeauna că acesta este în stare bună. Ar trebui să știți de unde provine echipamentul și prin ce a trecut deja. În special în cazul frânghiei și al carabinierelor, căderile pot provoca fisuri invizibile. Dacă este cazul, este mai bine să folosiți o altă frânghie sau un alt carabinier.

- **Frânghia:**

Spre deosebire de escaladă, unde se folosesc doar frânghii de escaladă (frânghii dinamice), pentru coborârea în rapel se pot folosi și frânghii statice. Nu se recomandă coborârea în rapel cu frânghii de cânepă.

- **Dispozitiv de coborâre:**

În mod normal, coborârea se face cu un dispozitiv de coborâre tip „octet”. Există, de asemenea, o gamă întreagă de echipamente speciale, care însă sunt potrivite doar în anumite condiții pentru copii.

- **Carabiniere:**

Trebuie utilizate numai carabiniere HMS (caracteristică: în formă de pară). În plus, carabinierele trebuie să fie prevăzute cu un sistem de siguranță (închidere cu șurub, TwistLock etc.)

- **Carabiniere:**

Se recomandă utilizarea carabinierelor combinate. Asigurați-vă că aveți la dumneavoastră și carabiniere combinate mici, pentru copii.

- **Chingi**

Chingile sunt foarte rezistente și pot fi folosite pentru ancorare. În caz de urgență, se poate confecționa un „Gschtältli de urgență” chiar și din chingile.

Nivel avansat

Iată câteva informații suplimentare despre coborârea în rapel. Dacă sunteți în căutarea unei senzații tari, ar trebui să încercați coborârea în rapel în surplombă, de exemplu de pe o margine de stâncă sau de pe un turn de observație. Cel mai dificil lucru este să vă desprindeți picioarele de sol și să atârnați complet liber de frânghie.

Atenție: Am avut deja cazuri în care un copil a intrat brusc în panică. Acest lucru poate însemna că un însoțitor trebuie să coboare în rapel până la acel copil, pentru a coborî apoi împreună cu el. Totuși, aceasta este o excepție.

Un copil ar trebui să se coboare întotdeauna de bunăvoie. Uneori, însă, trebuie să-i alungi puțin frica unui copil și să-l încurajezi în repetate rânduri să îndrăznească să facă pasul peste margine. Nu ne referim aici la constrângere sau la presiunea grupului. Ține cont și de faptul că există copii care suferă

de frică de înălțime. În acest caz, toate eforturile vor fi în zadar.

Încă o precizare privind centura de șezut. În alpinism, așa-numitele centuri de șezut sunt foarte răspândite. La coborârea în rapel, însă, trebuie să ții cont de faptul că poți cădea afară (în cazul unei căderi cu capul în jos). De aceea, folosește aceste centuri de șezut numai împreună cu o centură de piept. Leagă centura de piept și centura de șezut cu o frânghie (nod în opt).

Pe pagina de internet a JS Henggart (www.jshenggart.ch.vu), în secțiunea „Descărcări”, vei găsi un scurt film despre coborârea în rapel, pe care îl poți descărca. Acest film prezintă câteva imagini dintr-una dintre aceste după-amieze ale grupului de tineret, petrecute între cer și pământ.

Între cer și pământ_YW_01

Fișă informativă SAC

Coborârea în rapel[1]

Bibliografie

Conținut + imagine:

Forum Kind 1/04. Între cer și pământ. Diverse aspecte tehnice legate de coborârea în rapel, paginile 25 și 26 www.forum-kind.ch

Autori:

Andi Flückiger și Urs Bänninger, activități pentru tineri FEG Henggart

Weitere Informationen

Categorii
Tehnologie și activități în aer liber

Etichete
Coborârea în rapel
Securitate
Instrucțiuni
Tehnică
Frânghie

Vârsta
13–16 ani

Număr de participanți
Nu sunt disponibile date.

Biblia
Această informație lipsește.

Durată
Nu sunt disponibile date.

Teren / împrejurimi
Pădure
Pajiște

Material
Multă muncă

Descărcare fișier
Fișier disponibil pentru descărcare

KI Generierter Inhalt
Conținut
Categorii
Etichete
Vârsta
Număr de participanți
Biblia
Durată
Teren / împrejurimi
Material

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/ro/wiki/art/intre-cer-si-pamant-coborarea-rapel