

Методические рекомендации

для участников и судей соревнований городского первенства
по туризму среди учащихся г. Москвы
(горный туризм)

Часть I. Описание элементов специального снаряжения

Часть I Методических рекомендаций содержит требования, предъявляемые к специальному снаряжению, используемому на соревнованиях. Выполнение данных требований является обязательным для всех участников и судей.

1.1. Вербки

На соревнованиях допускается использование основных веревок диаметром 10 мм и более, вспомогательных веревок диаметром 6-8 мм. Протяженность этапов дает возможность командам использовать веревки длиной 40 м.

1.2. Карабины

Допускается использование карабинов, изготовленных промышленным способом и не имеющих доработок, снижающих их прочность. Карабины должны иметь муфты и использоваться в замуфтованном состоянии.

Использование карабинов без муфт допускается:

- для транспортировки и закрепления грузов;
- закрепления свободных концов веревок, не участвующих в страховке или сопровождении;
- на промежуточных точка страховки при наличии оттяжек.

1.3. Страховочные системы, усы самостраховки

Страховочные системы. Участники должны использовать страховочные системы, изготовленные промышленным способом. Допускается использование самодельных страховочных систем при условии их допуска судьями по безопасности. При рассмотрении вопросов о возможности использования самодельных систем судейская коллегия исходит из требований УИАА, предъявляемым к страховочным системам. Ширина ремней (лент), использованных при изготовлении беседки и грудной обвязки должна быть не менее 43 мм, ширина бретелей обвязки — не менее 28 мм. С полными требованиями УИАА участники могут ознакомиться в специальной литературе.

Беседка и грудная обвязка должны быть заблокированы в единую систему. Раздельное использование беседок и грудных обвязок допускается только на тех этапах, где это отдельно оговорено их условиями.

На соревнованиях допускается использование систем, в которых беседка и грудная обвязка объединены в общую конструкцию.

Блокировка страховочной системы. Блокировка страховочной системы должна осуществляться отрезком веревки диаметром не менее 10 мм узлом «двойной булинь».

Усы самостраховки. Свободные концы блокировочной веревки (блокировки) используются в качестве усов самостраховки. Для этого на их концах вяжутся узлы «восьмерка» или «проводника».

Возможна вязка на блокировке двух коротких усов самостраховки одинаковой длины или двух усов разной длины: длинного и короткого. Короткие усы используются преимущественно для самостраховки при движении по горизонтальным перилам. Их длина должна рассчитываться таким образом, чтобы участник при зависании мог вытянутой рукой дотянуться до встегнутого в ус карабина (рекомендуется — до середины ладони вытянутой руки). Длинный ус используется для самостраховки на месте. Рекомендуемая длина — до 1,7 м.

Ус самостраховки для движения со схватывающим узлом (пруссик) вяжется из отрезка репшура диаметром 6 мм. Репшур замыкается в кольцо любым узлом, предназначенным для связывания веревок одинаковой толщины (встречный, «грейп-вайн» и др.). На получившемся кольце вяжется узел «заячьи уши» («двойной проводник»), предназначенный для встегивания в него карабина. Длина получившегося уса должна отвечать требованиям, предъявляемым к длине уса, предназначенного для движения по перилам (см. выше: «короткие усы самостраховки»).

Также участники могут использовать отдельные усы самостраховки, присоединяемые к страховочной системе карабином или узлом. Прочность таких усов самостраховки должна соответствовать прочности основной веревки.

Крепление к системе страховочных веревок и других приспособлений. Страховочная веревка присоединяется к двум срединным ветвям блокировки системы («грудное перекрестье»); жумар, отдельный ус самостраховки, ус для движения со схватывающим узлом могут присоединяться к любым участкам блокировки системы с помощью карабина или узлом.

Спусковое устройство присоединяется к беседке или нижней ветви блокировки системы.

1.4. Спусковые устройства

Рекомендуется использование спусковых (тормозных) устройств (рогаток, шайб и пр.), изготовленных промышленным способом. Самодельные устройства должны получить допуск судьи по безопасности.

Движение с использованием спусковых устройств требует страховки (самостраховки), кроме случаев использования самоблокирующихся устройств.

1.5. Вспомогательные устройства для движения по веревке и самостраховки (жумары и др.)

Жумары, кулачковые зажимы и другие аналогичные устройства, изготовленные промышленным способом, могут использоваться в качестве вспомогательных средств для движения по вертикальным перилам и средств самостраховки. Также допускается использование этих устройств для верхней (статической) страховки. При использовании данных приспособлений в качестве страховочных средств они должны быть заблокированы карабином.

Те же устройства, изготовленные кустарным способом, могут использоваться исключительно в качестве вспомогательных средств движения. Их использование требует самостраховки или страховки.

1.6.Рукавицы, штормовки, головные уборы

Рукавицы. Рукавицы являются обязательным элементом личного снаряжения каждого участника и обязательны к использованию на тех этапах, где это оговорено условиями соревнований (страховка, сопровождение, спуск по перилам, движение по наклонной навесной переправе и др.). Разрешается использование в качестве рукавиц перчаток. Запрещается замена рукавиц рукавами, полами штормовок и курток.

Рукавицы должны полностью закрывать кисть руки. Запрещается использовать рукавицы, имеющие сквозные дыры. Если при прохождении этапа рукавицы прожигаются (образуется хотя бы одна дыра), участник получает на данном этапе штраф за «отсутствие рукавиц».

Штормовки. Штормовки используются при страховке через поясицу и спуске спортивным способом. В качестве штормовок допускается использование любых курток, изготовленных из плотного материала.

Головные уборы. Головной убор является обязательным элементом личного снаряжения каждого участника и обязателен к использованию на тех этапах, где это оговорено условиями соревнований (спуск по перилам, движение по навесной переправе и др.). Использование головного убора подразумевает, что длинные волосы убраны под него. Допускается использование в качестве головного убора капюшона штормовки.

При прохождении участниками препятствий, оборудованных на скальном рельефе, обязательно наличие касок. Каска участника должна быть пристрахована к страховочной системе участника.

1.7.Опорные петли

На некоторых этапах возможно использование командой собственных опорных петель для крепления веревок, организации страховочных пунктов и др. В качестве материала для изготовления опорных петель используются отрезки основной веревки диаметром не менее 10 мм. Допускается использование опорных петель, изготовленных промышленным способом. Если петля выполняет функцию групповой самостраховки, она должна изготавливаться из двойной основной веревки.

II.Описание основных технических приемов

Часть II Методических рекомендаций содержит требования, предъявляемые к выполнению участниками основных технических приемов: страховке, сопровождению, самостраховке с помощью ледоруба или альпенштока. Выполнение данных требований является обязательным для всех участников и судей.

2.1.Страховка

Страховка производится через естественные или искусственные точки страховки, а также через тело (поясица, плечо).

К естественным точкам страховки относятся дерево, выступ скалы, камень и др.; к искусственным — карабин страховочной системы, крюк с петлей и карабином и др.

Возможна комбинированная страховка (например, через карабин страховочной системы и дерево), а также страховка с применением специальных (тормозных) устройств.

Для страховки используется только основная веревка.

Страховка должна быть непрерывной, то есть каждый участник должен быть обеспечен ею на всем протяжении его пребывания в опасной зоне.

Страхующий участник должен быть одет в рукавицы, а при страховке через тело — в штормовку (куртку из плотной ткани). Он должен находиться на само страховке (за исключением случаев, когда страховка осуществляется из безопасной зоны, находящейся ниже опасного участка). Расположение страхующего должно быть таким, чтобы он не мог быть сбит с ног в случае срыва страхуемого.

При страховке через карабин страховочной системы, поясицу, плечо, другими способами, когда страховочная веревка выдается непосредственно через точку страховки, она должна выдаваться таким образом, чтобы угол между двумя ветвями веревки, проходящими через точку страховки был не более 90° . В отношении дополнительных (промежуточных) точек страховки это правило должно выполняться на момент возможного зависания страхуемого на данной точке.

Страхующий должен выдавать (выбирать) веревку двумя руками. При этом должно обеспечиваться непрерывное удержание двумя руками той ветви веревки, которая «входит» в точку страховки (при выдавании веревки) или выходит из нее (при выборе).

Страховка одной рукой допускается в случае, когда обе ветви (входящая и выходящая) будут зажаты в одной руке (веревка сдвоена).

При страховке через опору или точку, создающую большое трение (большой выступ, узел УИИАА, узел Гарда, тормозное устройство и т.п.) удержание веревки может производиться одной рукой.

При страховке через карабин, тормозное устройство, промежуточную точку руки страхующего должны располагаться не ближе 20 см от устройства или промежуточной точки.

Свободный конец страховочной веревки должен быть закреплен на опоре или участнике. Такой участник должен находиться на само страховке или в безопасной зоне, расположенной ниже опасного участка.

Неверной является такая страховка, при которой веревка выдается с чрезмерным провисом (на подъеме и спуске — провис ниже колена страхуемого).

На подъемах, спусках, траверсах, переправах через препятствия без воды страховочная веревка крепится карабином к грудному перекрестью заблокированной страховочной системы страхуемого участника. Ошибочным является крепление страховочной веревки к усу само страховки.

Если переправа производится через водную преграду, страховка первого участника осуществляется двумя веревками, которые крепятся карабином к боковой части грудной обвязки страхуемого. Одна из веревок (верхняя по течению) должна быть основной, вторая может быть вспомогательной.

Страховка может осуществляться следующими способами: при первом способе *каждую* веревку выдают *два* участника «с рук» (не пропуская ее через поясицу, карабин системы и пр.), при втором страховка на каждой веревке осуществляется одним участником и веревка выдается через опору. Страхующие должны быть одеты в рукавицы. Концы страховочных веревок не закрепляются. Расстояние между страхующими должно быть не менее половины ширины реки.

2.2. Сопровождение

Сопровождение осуществляется при навесной переправе и переправам с перильной страховкой. Оно должно давать возможность экстренно вытянуть на берег участника, потерявшего способность к самостоятельному передвижению. Для сопровождения должна использоваться основная веревка.

Сопровождающая веревка присоединяется к блокировке страховочной системы сопровождаемого участника или скользящему карабину, которым участник (ус его самостраховки) присоединен к перилам.

При движении участника по переправе сопровождающая веревка должна удерживаться (выдаваться или выбираться), по крайней мере, одним участником, находящимся на берегу. Участники, осуществляющие сопровождение, должны быть одеты в рукавицы.

Свободные концы сопровождающей веревки должны быть закреплены на опорах или участниках, находящихся на самостраховке.

Неправильным является такое положение сопровождающей веревки, когда при выборе она создает угрозу сдергивания участника с переправы или его травмирования.

При переправе пострадавшего сопровождение организуется основной веревкой с двух берегов.

При наклонной навесной переправе функцию сопровождения выполняет страховка с берега, расположенного выше.

2.3. Самостраховка с помощью ледоруба или альпенштока

При самостраховке с помощью ледоруба или альпенштока участники должны выполнять следующие правила:

- 1) Альпеншток должен держаться двумя широко расставленными руками;
- 2) Штычек альпенштока должен быть постоянно направлен в сторону склона, выше точки стояния участника;
- 3) При смене направления движения (перехвате рук) альпеншток не должен отрываться от земли, участник должен иметь не менее двух точек опоры.

Страховый участник должен быть одет в рукавицы (кроме случая страховки через самосхватывающее тормозное устройство типа «гри-гри»), а при страховке через тело — в штормовку (куртку из плотной ткани). Он должен находиться на самостраховке (за исключением случаев, когда страховка осуществляется из безопасной зоны, находящейся ниже опасного участка, или же страховка осуществляется из безопасной зоны через самосхватывающее тормозное устройство). Расположение страхового должно быть таким, чтобы он не мог быть сбит с ног в случае срыва страховаемого.

Страховый должен выдавать (выбирать) веревку двумя руками. При этом должно обеспечиваться непрерывное удержание двумя руками той ветви веревки, которая «входит» в точку страховки (при выдавании веревки) или выходит из нее (при выборе).

Страховка одной рукой допускается в случае, когда обе ветви (входящая и выходящая) будут зажаты в одной руке (веревка сдвоена).

При страховке через опору или точку, создающую большое трение (большой выступ, узел УИИАА, узел Гарда, тормозное устройство и т.п.) удержание веревки может производиться одной рукой.

При страховке через самосхватывающее тормозное устройство типа «гри-гри» допустимо не удерживать страховочную веревку.

На скальных склонах и склонах крутизной более 45° , страховка должна производиться через тормозное устройство.

Страховочная веревка от закрепленного свободного конца до грудного перекрестия страхуемого должна проходить только через точки страховки и страховочные устройства, непосредственно участвующие в страховке. Запрещается крепление на страховочную веревку любых дополнительных устройств, не участвующих в страховке.

2.4. Организация и снятие перил

Перилами является основная веревка, используемая командой для преодоления препятствия. Перила могут выполнять роль страховки и опорной точки (транспортировочной веревки).

Крепление перил к опорам осуществляется посредством следующих узлов: проводник, проводник-восьмерка, стремя, двойной проводник, беседочный, булинь, австрийский проводник, карабинная удавка, штыковой. Запрещается удержание перил на механических самосбросах, работающих на принципе переворачивающихся незамкнутых скоб, сброса веревок с открытого гака, дистанционного рассоединения механических узлов, выдергивания механической чеки, блокировок и т.п., независимо от наличия публикаций в литературе с описанием указанных устройств.

Статически нагруженные перила из одинарной веревки, т.е. натянутые с помощью полиспаста, не являются элементом перильной страховки, как не отвечающие требованиям безопасности по допустимой разрывной нагрузке в соответствии с ГОСТом. Данные условия не распространяются на случай применения командной двойной основной веревки.

На дистанциях и отдельных этапах допускается использовать для натяжения веревок и других целей только полиспасты, изготовленные командой из карабинов, роликов, блоков и отрезков основной веревки самостоятельно в процессе работы на этапе (дистанции) или на предстартовой проверке. Такие полиспасты должны иметь не более 4-х перегибов тянущей веревки.

Для прикрепления полиспаста к рабочей (натягиваемой) веревке могут быть использованы:

- а) схватывающие узлы (пруссик, австрийский, Бахмана, несимметричный схватывающий), выполненные из репшнура диаметром 6-8 мм с наличием в рабочей части петли четырех ветвей;
- б) зажимы типа шант.

До начала движения участников по перилам, блоки и полиспасты, используемые командой для натяжения, а также все средства их крепления к натягиваемой веревке должны быть сняты.

При организации переправы по бревну через реку перила должны располагаться ниже бревна по течению. При организации перил на спуске по склонам, если участок окончания спуска находится в опасной зоне (полка, балкон), нижний конец перильной веревки должен быть закреплен на крюке (петле, дереве), указанном судьей этапа. Если окончание

спуска находится в безопасной зоне, то закрепление конца не обязательно, но оканчиваться перила должны узлом.

На вертикальных перилах (при подъеме и саучке участников по склону) на нижнем конце перильной веревки должен быть завязан узел.

Если в описании этапа (дистанции) не указан другой способ, то снятие перил осуществляется с целевой стороны этапа (стороны окончания этапа) сдергиванием рабочей веревки, предварительно доставленной с исходной стороны (начала этапа) сдергивающей веревкой. Диаметр сдергивающей веревки не лимитируется. Допускается спуск по сдвоенной закольцованной веревке, при этом, на нижнем конце сдвоенных закольцованных перил должен быть завязан узел (узлы), удерживающий карабин скользящий по веревке.

2.5. Движение по вертикальным перилам

Для организации самостраховки к вертикальным перилам следует использовать зажимы или схватывающие узлы: пруссик, австрийский, Бахмана, несимметричный схватывающий, связанные из репшнура диаметром 6 мм и имеющие в рабочей части (т.е. между участником и перилами) две ветви. Самостраховка присоединяется к грудному перекрестью страховочной системы.

Длина петли для вязки схватывающего узла должна быть такой, чтобы узел, завязанный на перилах, перекрывался запястьем вытянутой руки. Аналогичное требование предъявляется к зажимам.

При подъеме с самостраховкой к перилам по скальному склону или склону крутизной более 45° для самостраховки к перилам допускается использовать только зажимы.

В случае использования зажима типа жумар для движения с самостраховкой к перилам (или движения по перилам с верхней судейской страховкой) по скальному склону или склону крутизной более 45° – он должен быть закрыт карабином.

При спуске с самостраховкой к перилам по скальному склону или склону крутизной более 45° для самостраховки дополнительно к схватывающему узлу (зажиму) необходимо использовать спусковое устройство.

При наличии верхней командной страховки, требования по использованию дополнительных устройств (зажимы, спусковые устройства) для движения по перилам устанавливаются в описании дистанции (этапа).

Участник должен перемещать схватывающий узел по перилам таким образом, чтобы исключить его захват (зажатие в кулаке).

На перилах может находиться не более одного участника.

В случае применения верхней командной страховки необходимость самостраховки отпадает.

2.6. Движение по горизонтальным перилам

При движении по горизонтальным перилам самостраховка осуществляется скользящим карабином уса самостраховки или скользящим карабином, присоединенным непосредственно к грудному перекрестью страховочной системы. Использование для самостраховки схватывающих узлов, зажимов и иных приспособлений запрещается.

При переправе через водные преграды самостраховка осуществляется скользящим карабином уса самостраховки. При этом ус самостраховки должен быть присоединен карабином к боковой части грудной обвязки страховочной системы.

Длина уса самостраховки должна быть такой, чтобы карабин, находящийся на перилах, перекрывался запястьем вытянутой руки.

Организация сопровождения описывается в соответствующем разделе.

На перилах может находиться не более одного участника.