Zablokování a uvolnění polovičního lodního uzlu na jistícím stanovišti

V tomto doporučeném lezeckém výcviku se zaměříme na zablokování polovičního lodního uzlu na stanovišti a tím uvolnění obou rukou.

Potřebné vybavení pro výcvik

- Lano
- Dvojice, jistič a lezec
- Jeden Fixní postupový jistící bod alespoň 2 metry nad zemí

Požadavky, na již získané dovednosti

- Používání sedacího úvazku
- Navázání na konec lana
- Používání polovičního lodního uzlu
- Partner check
- Jištění na jistícím stanovišti

Znalosti získané výcvikem

- Správné zablokování polovičního lodního uzlu
- Správné uvolnění polovičního lodního uzlu

Tech-tipy

- Používej vždy, když potřebuješ mít volné obě ruce

Správné provedení

Doporučený postup provedení

Doporučení a rady, jak trénovat

- Dvojice, lezec a jistič se navážou, provedou partnerskou kontrolu, lezec vyleze k prvnímu jištění, kde vytvoří jistící stanoviště. V jistícím stanovišti začne dobírat druholezce a jakmile je lano zcela napnuté (druholezce ještě stojí na zemi), odsedne si do lana. Lezec na stanovišti začne provádět nácvik zablokování.
- V druhém kroku se nácvik provede tak, že lezec zatíží lano úplně, to znamená, že bude nohama cca 50 cm nad zemí. Jistič se snaží zablokovat poloviční lodní uzel tak, aby lezec co nejméně popojel směrem dolů.
- Při dodržení tohoto postupu a kázně cvičících je možné, aby instruktor vyučoval bezpečně více jak 4 dvojice cvičících.

Ověření znalostí a dovedností uchazeče

- Uchazeč prokáže správné předvedení polovičního lodního uzlu.
- Uchazeč předvede a vysvětlí pozici držení lana levou rukou (u praváka).
- Uchazeč předvede správné protažení lana karabinou.
- Uchazeč ukáže a vysvětlí správně provedený blokovací uzel pod karabinou.
- Uchazeč předvede uvolnění polovičního lodního uzlu.

Upozornění

Vždy při výcviku prostudujte manuály výrobce používaného materiálu. Tento materiál je pouze doporučením metodické komise ČHS a nenahrazuje doporučení výrobce lezeckého materiálu. Při zásadních rozdílech s tímto doporučením a manuálem výrobce je manuál výrobce důležitou částí výuky.

Vytvořeno Metodickou komisí ČHS | 24. 5. 2019

From:
https://kytka.instruktorlezeni.cz/ - **Kytka**

Permanent link:
https://kytka.instruktorlezeni.cz/metodika-chs/zablokovani-a-uvolneni-polovicniho-lodniho-uzlu-na-jisticim-stanovisti?rev=1665902738

Last update: **19. 05. 2023 - 20:38**