Zrušení vratného bodu druholezcem s následným slaněním při TR

V tomto doporučeném lezeckém výcviku se zaměříme na bezpečné zrušení vratného bodu a slanění druholezce při TR.

Potřebné vybavení pro výcvik

- Fixní nebo vratný bod, ze kterého se budeme spouštět
- Dostatečně dlouhé dynamické lano
- Sedací úvazek
- Odsedávací smyčka s karabinou s pojistkou zámku
- Jistítko (kýbl) s karabinou s pojistkou zámku - jistič

Požadavky, na již získané dovednosti

- Základní uzly - osmičkový uzel
- Používání sedacího úvazku
- Kontrolní odsednutí
- Slanění
- Jištění a práce s jistítkem
- Partnerská kontrola

Znalosti získané výcvikem

- Bezpečné zrušení vratného bodu a slanění druholezce.

Tech-tipy

- Zkontrolovat správné a bezpečné oblečení sedacího úvazku
- Zkontrolovat připojení odsedávací smyčky se sedacím úvazkem
- Zkontrolovat zašroubovaný zámek u karabiny
- Uzel na volném konci lana nebo jinak zajištěné lano proti projetí jistící pomůckou
- Správné provedení kontrolního odsednutí
- Při slanění může instruktor nebo asistent jistit frekventanta zatažením za lano

Správné provedení

- Partnerská kontrola
- Zajištění konce lana proti projetí jistící pomůckou
- Lezec provede kontrolní odsednutí, při kterém je stále na laně jištěn jističem
- Po provedení kontrolního odsednutí dá lezec povel jističi zruš a pokračuje v přípravě slanění
- Lezec si nabrané lano může zajistit do sedáku proti jeho ztrátě

- Lezec protáhne lano vratným bodem
- Oba dva konce lana dostatečně dlouhé pro bezpečné slanění
- Zajištění lana proti projetí slaňovací pomůckou při slanění



Dporučený postup provedení



1. Dolezení k vratnému bodu. | 2. Kontrolní odsednutí. | 3. Kontrolní odsednutí a uvolnění lana.

Signál jističi: "Zruš!" Jistič: "Zrušeno!"



Zrušení vratného bodu.



Protažení lana vratným bodem, jeho zajištění proti ztrátě do sedáku a uzel na konci.



4. Signál jističi: „Zruš!“ Jistič: „Zrušeno!“ | 5. Zrušení vratného bodu. | 6. Protažení lana vratným bodem, jeho zajištění proti ztrátě do sedáku a uzel na konci.

Správné založení slaňovací pomůcky s následným kontrolním odsednutím.



7. Správné založení slaňovací pomůcky s následným kontrolním odsednutím.

Doporučení a rady, jak trénovat

- Vhodná je kontrola cvičících instruktorem z vhodné pozice tak, aby byla zajištěná perfektní vizuální kontrola.
- Jistič musí bezpečně a jistě ovládat jištění a jistítko pro jištění lezce.
- Při dodržení tohoto postupu a kázně cvičících je možné, aby instruktor vyučoval 4-6 osob ve skupině.

Ověření znalostí a dovedností uchazeče

- Uchazeč předvede a vysvětlí správné provedení kontrolního odsednutí.
- Uchazeč předvede osmičkový uzel.
- Uchazeč předvede spojení odsedávací smyčky s jistícím okem sedacího úvazku.

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 | 23. 12. 2019

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

Permanent link:
https://kytka.instruktorlezeni.cz/metodika-chs/zruseni-vratneho-bodu-druholezcem-s-naslednym-slanenim-pri-tr

Last update: **19. 05. 2023 - 20:41**