

10 varnostnih pravil športnega plezanja

Besedilo: Tadej Debevec, Aljaž Anderle, Tomo Česen¹

Skice: Jernej Lukša

Namen rubrike Alpinistična tehnika, ki se s tokratnim prispevkom posavlja, sta bila pregled in seznanitev z novostmi ter s primeri dobrih praks pri tehničnih vidikih gorniško-plezalskih aktivnosti. Tovrsten pregled ne bi bil popoln, če vanj ne bi vključili tudi varnostnega vidika športnega plezanja. Ob njegovi vse večji popularnosti in s tem povezani gneči v najbolj priljubljenih plezališčih je treba večjo pozornost nameniti tudi varnosti in ustreznemu ravnanju v plezališčih. Kljub temu da velja športno plezanje za relativno varen šport, lahko površnost in nedoslednost vodita do neugodnih posledic. Nesreče se, tudi pri športnem plezanju, dogajajo tako začetnikom kot tudi zelo izkušenim. Prvim predvsem zaradi neznanja, drugim pa zaradi prevelike rutine (klepetanja, nepozornosti). Porast nesreč kažejo tudi podatki GRZS, ki je v zadnjih letih v plezališčih pogosteje posredovala, tudi ob težjih nesrečah.¹

Pomemben dejavnik varnosti sta poleg pravilnega ravnanja tudi primerna osebna plezalna oprema in ustrezna opremljenost plezališča. V Sloveniji imamo srečo, da je velika večina plezališč zelo kakovostno vzdrževana (kakovostni svedrovci ali lepljeni klini in ustrezna sidrišča). Glede na cenovno dostopnost kakovostne in moderne opreme za športno plezanje pa tudi ta vidik ne bi smel predstavljati posebnega problema. Pomembno je, da je vsa oprema, ki jo uporabljamo, med seboj kompatibilna (npr. varovalo in premer vrvi, vponka in varovalo) ter da pred njeno uporabo preučimo in nato dosledno upoštevamo navodila proizvajalca. Upoštevanje osnovnih varnostnih načel, ki smo jih v pričujočem prispevku strnili v **10 varnostnih pravil športnega plezanja**, bo vsem omogočilo varno in prijetno plezanje tako v naravnih plezališčih (v smereh, dolgih do polovice dolžine vrvi) kot tudi na umetnih stenah.

1. Navezovanje

Z vrvo se vedno navezujemo neposredno v plezalni pas, in sicer izključno v del, ki je temu namenjen (**slika 1a**). Pri večini pasov to navadno pomeni, da z vrvo zaobjamemo tako zgornji (okrog pasu) kot nožni del pasu. Posebno pozornost je treba nameniti temu, da se ne navežemo v manevrsko zanko (**sliki 1b, 1d**) ali na zanko za opremo (**slika 1c**). V postopku navezovanja na vrv plezalec vedno preveri tudi, ali je na drugem koncu vrvi vozec (**slika 2d**).

2. Preverjanje: plezalec - varujoči

Ko je plezalec navezan in varujoči pripravi varovanje, se med sabo preverita. Varujoči preveri ustreznost navezave na vrv (**slika 2a**), plezalec pa ustreznost namestitve vrvi v varovalni pripomoček (**slika 2c**). Oba prav tako preverita, ali imata plezalni pas

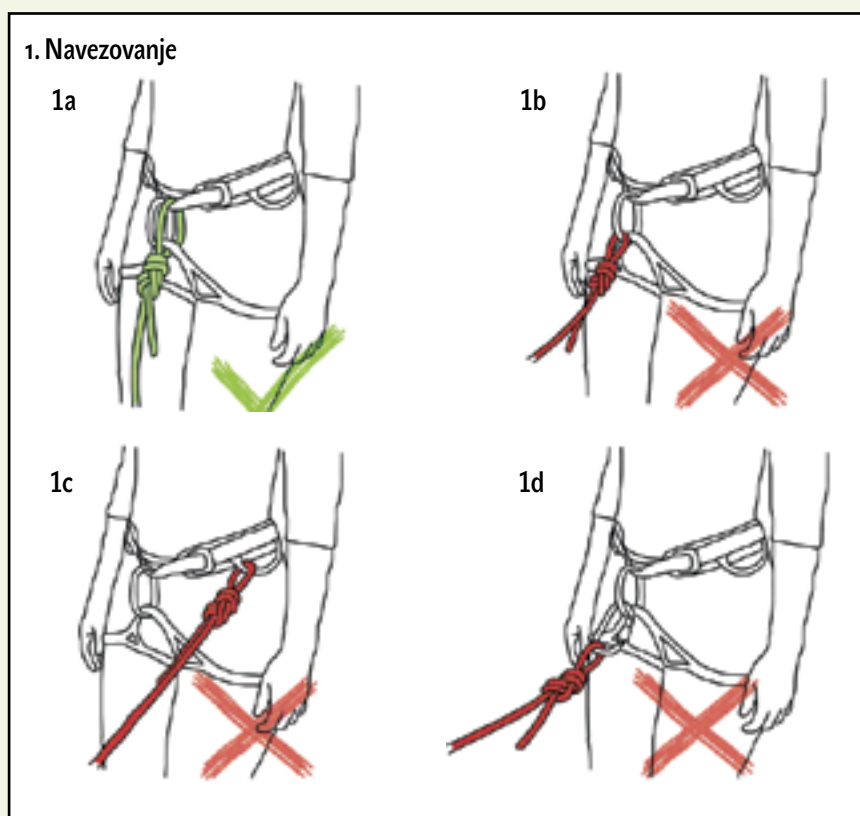
ustrezno zapet (**slika 2b**). Ta postopek je ključnega pomena, da preprečimo možnost individualne napake pri navezovanju in namestitvi varovalne naprave.

3. Vpenjanje kompletov

Plezalec med plezanjem namešča varovalne komplete v vmesne fiksne točke (svedrovce) in vanje vpenja vrv. Pri ustrezno in varno opremljenih smereh vpenjanje kompletov prepreči padec na tla ali nevarne dolge padce. Pri plezanju se zato držimo pravila, da vpnemo vse svedrovce v smeri in jih ne izpuščamo (**slika 3**).

4. Način varovanja

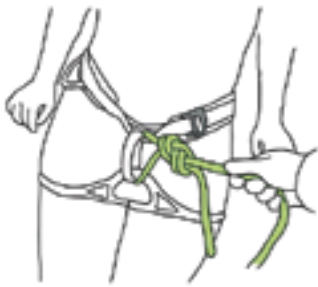
Varujoči prilagaja tehniko varovanja pripomočku, s katerim varuje. Ne glede na to, ali gre za samozatezni varovalni pripomoček (grigri, chinch



¹ Gorski vodniki IFMGA.

2. Preverjanje: plezalec – varujoči

2a



2b



2c



2d



3. Vpenjanje kompletov

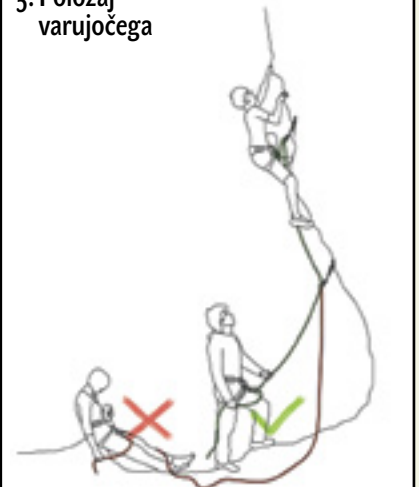


itd., **slika 4b**) ali različne vrste zavor (tubus, reverso, ATC itd., **slika 4a**), je treba natančno upoštevati navodila proizvajalca in se izogibati nepravilnemu ravnanju z napravo. Pri samozateznih pripomočkih je treba posebno pozornost nameniti ločevanju med normalnim (**slika 4c**) in hitrim podajanjem vrvi (**slika 4d**). V nobenem primeru in trenutku pa varujoča roka ne sme izpustiti varovalnega dela vrvi (**slika 4e**).

5. Položaj varujočega

Za kakovostno varovanje je izbira položaja varujočega bistvenega pomena. Varujoči mora imeti čim boljši vidni nadzor nad plezajočim, hkrati pa ne sme biti preveč oddaljen od stene,

5. Položaj varujočega



4. Način varovanja

4a



4b



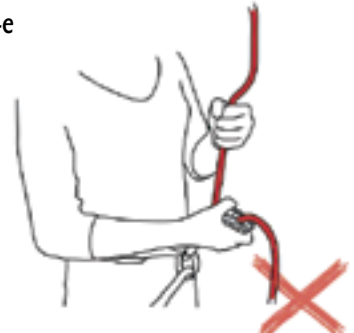
4c



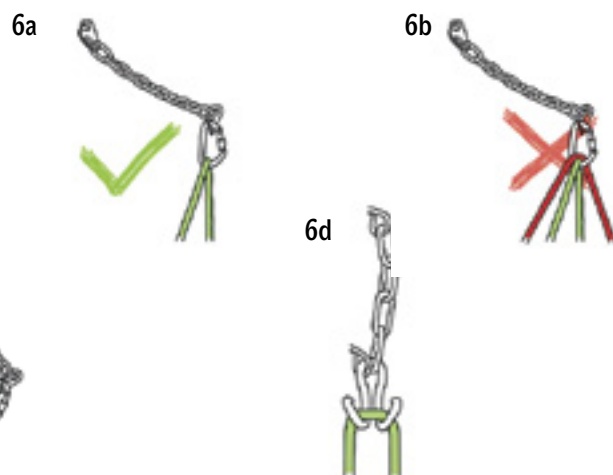
4d



4e



6. Vpenjanje sidrišča



saj bi ga ob nenadnem soplezalčevem padcu sunek lahko vrgel iz ravnotežja ali ob steno (**slika 5**). Praviloma je položaj varujočega stojé, meter do dva od stene, s stalnim pogledom na plezalca. Vsako neprimerno početje (sedenje, kajenje, zavzeto pogovarjanje z drugimi) zelo slabo vpliva na kvaliteto varovanja in je zato nesprejemljivo.

6. Vpenjanje sidrišča

Na vrhu smeri plezalec navadno vrv vpne v center sidrišča, ki ga glede na zelo dobro opremljenost slovenskih plezališč pri nas navadno predstavlja sidriščna vponka. Osnovno pravilo, ki se ga pri tem držimo, je, da je v eni sidriščni vponki vpeta samo ena vrv (**slika 6a**). Kadar bo tudi soplezalec plezal v smeri kot prvi, je morda smiselno, da vrv vpnemo kar v lasten komplet, ki ga vpnemo v sidrišče (**slika 6c**). S takšnim načinom namreč zelo zmanjšamo obrabo sidriščnih vponk. Bistveno je, da je, medtem ko drugi plezalec iz smeri pobira komplete, vrv vpeta v sidriščno vponko z matico in ne v navadno vponko ali komplet. Posebno pozornost velja nameniti tudi drugim vrstam sidrišč, ki zahtevajo prevezovanje (glej pravilo 7) ali posebno nameščanje vrvi (t. i. prašičji repki, **slika 6d**). Vanje vrv namestimo posebej previdno.

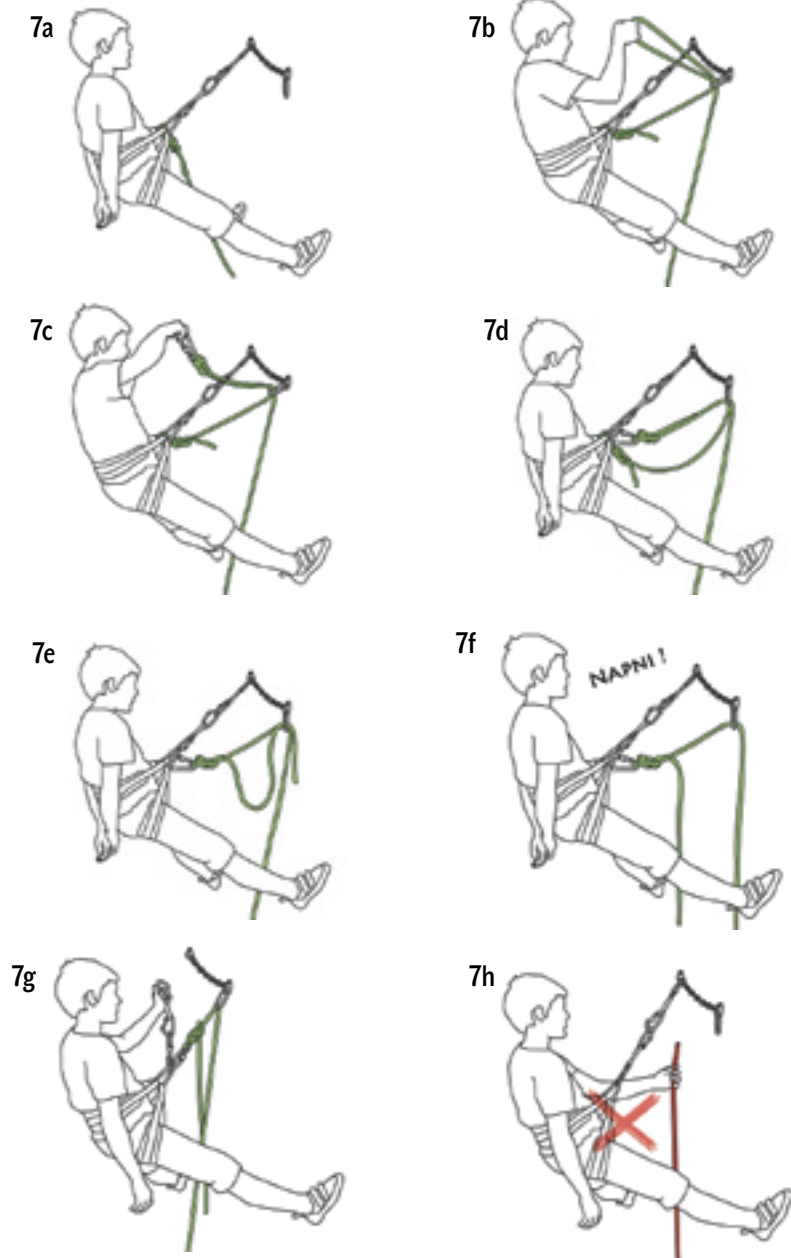
7. Prevezovanje na sidrišču

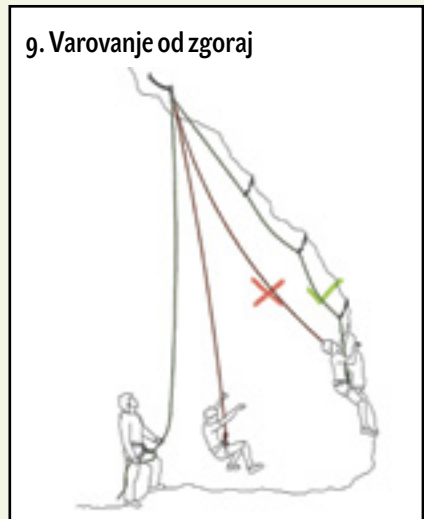
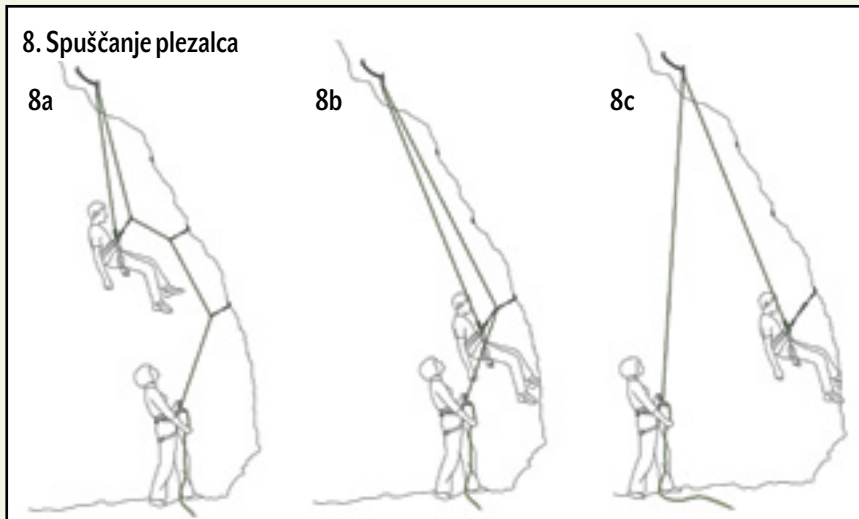
Kadar na sidrišču ne moremo odpreti sidriščne vponke, nam navadno ne preostane drugega, kot da se skozi njo prevezemo. Za opisani osnovni način prevezovanja potrebujemo dva dodatna kompleta in vponko z matico. Ko prispemo do sidrišča, se vanj pritrdimo z dvema kompletoma (**slika 7a**). Nato naberemo dovolj veliko zanko plezalne vrvi in jo napeljemo skozi vponko od spodaj navzgor (**slika 7b**) ter z njo izdelamo vozec osmico (**slika 7c**), ki ga z vponko z matico pritrdimo v manevrsko zanko plezalnega pasu (**slika 7d**). Sledita razvezovanje osnovne navezave na vrv (**slika 7e**) in povzemanje ostanka vrvi skozi sidrišče. Varujočega nato pozovemo, naj napne varovalno vrv (**slika 7f**). Ko je vrv napeta, še enkrat preverimo ustreznost navezave, izpnemo oba kompleta, s katerima smo bili pritrjeni v sidrišče, in pričnemo s spuščanjem (**slika 7g**). Vsako prevezovanje brez *back-upa* ob visenju samo na kompletu je lahko izredno nevarno (**slika 7h**).

8. Spuščanje plezalca

Ko plezalca spuščamo z vrha smeri, naj bo to počasi, brez nepotrebnih sunkov. Prehitro spuščanje škoduje plezalni

7. Prevezovanje na sidrišču





vrvi, sidriščni vponki, poleg tega pa lahko hitro pripelje do "prehitrega" stika plezalca s tlemi. Kadar plezalec med spuščanjem iz smeri pobira varovalne komplete, je predvsem v previsnejših ali diagonalno potekajočih smereh nujno, da se s kompletom pripne na varovalno vrv (**slika 8a**). Na ta način ostaja v dosegu kompletov. Posebno pozornost je pri takšnih smereh treba posvetiti izpenjanju najnižjega kompleta (**slika 8b**) – plezalec se najprej vpije vanj z dodatnim kompletom, nato izpne varovalno vrv, ki jo varujoči nato napne (**slika 8c**), na koncu pa odpne še sebe. Kadar bi bil nihaj po izpetju zadnjega kompleta lahko nevaren, je najbolje, če plezalec sam odpleza nazaj do tal.

9. Varovanje od zgoraj

Pri plezanju z varovanjem od zgoraj (ang. *top rope*) je treba posebno pozornost nameniti ustrezno napeti vrvi. Predvsem na začetku smeri mora biti vrv bolj napeta. Ob morebitnem padcu plezalca na začetku se vrv lahko

raztegne do te mere, da plezalec pristane na tleh. V previsnih smereh je prav tako zelo pomembno, da imajo plezalci vpete vse komplete, da jih pri morebitnem padcu ne bi zanihalo predaleč ali celo v tla (**slika 9**). Posebno previdnost pri varovanju od zgoraj zahtevajo tudi sidrišča s prašičjimi repki, saj tu obstaja možnost izpetja vrvi. Zato je pri takšnih sidriščih v primeru plezanja na *top rope* nujno namestiti dodatno vponko z matico.

10. Nevaren vstop

Vznožje športno plezalnih smeri je včasih strmo in izpostavljeno, zato je treba zagotoviti dodatne ukrepe za varnost. Kadar je pod vstopom izpostavljen teren (stena, zelo strmo pobočje itd.), je nujno, da je varujoči s popkovino (neskončno prešito zanko kombinaciji z vponko z matico) pripet v bližini vstopa smeri (na svedrovec, drevo, skalno uho itd., **slika 10a**). Kadar plezalec ne more vpeti prvega kompleta pred začetkom plezanja,

mora biti ta vpet v točki, v kateri je pripet varujoči (**slika 10a**). To je še posebej pomembno takrat, kadar plezalca varujemo s tubusom oz. ploščico, ki nam ob padcu pred prvim vpetim kompletom ne zagotavlja nobenega trenja. Namesto popkovine je varujoči lahko pripet kar z glavno vrvjo – z navezavo v plezalni pas ter bičevim vozlom v vponki z matico (**slika 10b**).

Uporaba čelade

Športni plezalci v plezališčih čelade večinoma ne uporabljajo. Zlasti v tistih ne, kjer so smeri opremljene v skladu s standardi, ki so predpisani v skripti Komisije za športno plezanje "Opremljanje plezališč". Ne glede na to pa je v plezalnih šolah uporaba čelade obvezna za vse začetnike in vse otroke do dopolnjenega 14. leta starosti (Pravilnik o vzgoji in izobraževanju na področju športnega plezanja).

Kljub obsežnosti zgornjega opisa zagotavljanje ustrezne varnosti pri športnem plezanju le ni tako zapletena naloga. Treba se je predvsem zavedati, da so ustrezna navezava, varovanje in medsebojno preverjanje ključni in da moramo temu posvetiti svojo glavno pozornost. Klepetanje, sproščanje in miselni odklop pa prihranimo za dele plezalnega dneva, ko počivamo.

Kot rečeno s tem prispevkom zaključujemo rubriko Alpinistična tehnika. Brez dvoma se bo glede na hitrost prenosa novih znanj in informacij hitro pokazala nova priložnost za obuditev tovrstnih prispevkov. Avtorji upamo, da so bile podane informacije zanimive in ažurne ter predvsem da bodo uporabljane tudi v vsakdanji plezalni praksi. Vsem skupaj želimo še naprej varno hojo in plezanje v čudovitem naravnem okolju. ○

