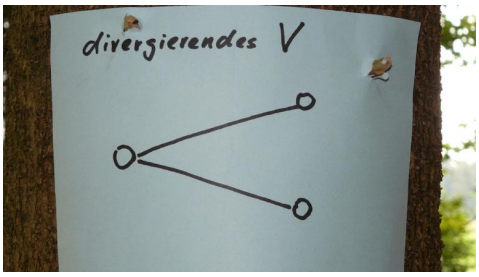
BEKÜLDŐ
Zusanne

ON
2012.10.17

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

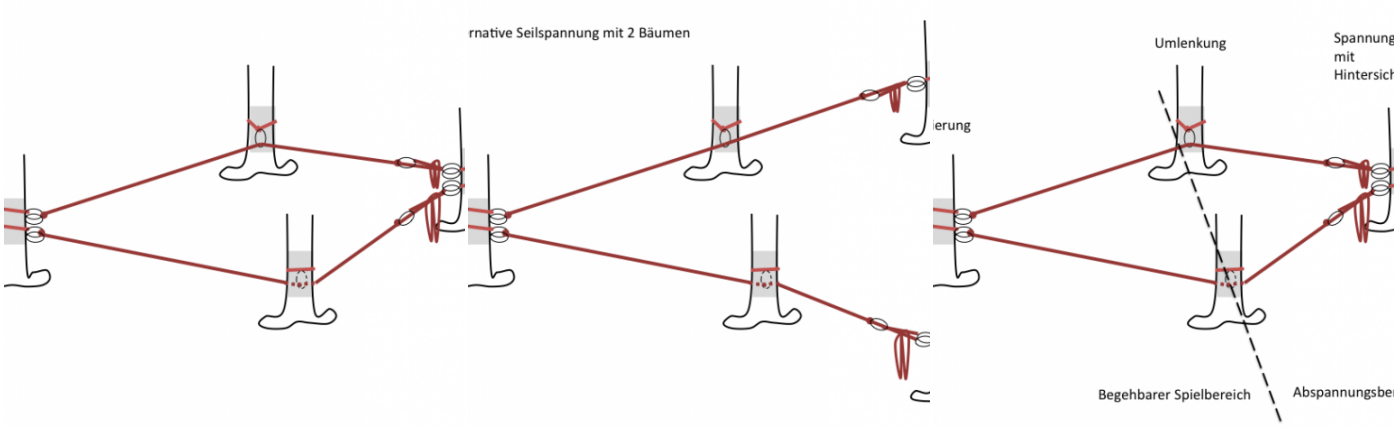
Eltérő V

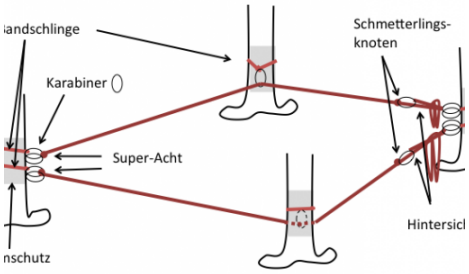


Alacsony kötélzetű elem, amely együttműködést, bizalmat és egyensúlyt igényel.

Ez a cikk feltételezi, hogy az illető rendelkezik ismeretekkel az alacsony kötélszerkezetekről, és képes biztonságosan felügyelni azokat!

Vázlatok





Anyag

- 2 statikus kötél, kb. 20 m hosszú
- 12 karabiner (+2 a kötél felfüggesztéséhez, ha szükséges)
- 6 heveder heveder
- 4 fa védőelem
- nagyon hasznosak a gumifeszítők, amelyek rögzítik a fa védelmét

Szerkezet

Előkészületek

- Készítsen vázlatot az alacsony kötélelemről és biztosítsa az anyagokat
- A helyszín kiválasztása (szükség esetén engedélyeztetés,...)
- Fák kiválasztása
- A veszélyforrások eltávolítása (szemmagasságban lévő ágak, a talaj "megtisztítása" az ágaktól, törött üvegektől, lyukaktól,...). eltávolítani a holt fát,...)
- Az anyagot jól láthatóan terítsük ki egy ponyvára

Kötélrögzítés a szuper nyolcas számmal (más néven a mutatós nyolcas számmal)

Feleslegesen van rögzítve.

- Rögzítse a fák védelmét
- fektessen 2 hevederes hevedert szépen U alakban párhuzamosan a fa köré, de ne egymásra!
- Mindkét hevederhez két karabiner csatlakozik, ellentétes irányban.
- Kössünk egy szuper nyolcas alakot mindkét kötél elejére (2x). A szuper nyolcas csomót azért használjuk, mert nagyobb az érintkezési felülete, mint a normál nyolcas csomónak.
- EGY szuper nyolcas horgot kötünk EGY hevederes hevederbe, KÉT ellentétes irányban futó karabinerrel.
- Ügyeljen arra, hogy a karabinerek helyesen legyenek elhelyezve, és a csavaros kapu lefelé (gravitáció) mutasson!

Kitérés

Minden kötélszálat egy fára terelünk, hogy később meg lehessen feszíteni.

- A fa védelmének rögzítése
- Helyezze a hevedert U alakban a fa köré (hosszától függően, esetleg horgonyvarrással)
- Csatlakoztassa a karabint, és ügyeljen arra, hogy a csavaros kupak lefelé és a fától távolabb mutasson.
- Vezesse át a kötelet a karabíneren.

Feszítőegység pillangócsomóval és hátsó rögzítéssel

A köteleket többféleképpen lehet feszíteni. Itt a pillangócsomós változatot ismertetjük, mivel ez nem igényel további anyagot.

- Rögzítse a fák védelmét.
- fektessünk 2 hevederes hevedert szépen U alakban párhuzamosan a fa köré, de ne egymásra!
- Mindkét hevederhez két karabiner csatlakozik, ellentétes irányban.
- Kössön egy pillangócsomót mindegyik kötélbe. Figyeljen a helyes távolságokra!
- Minden pillangócsomóhoz rögzítsünk egy-egy karabint.

- Kezdje az egyik kötéllel, és vezesse lazán a feszítés irányába a hevederek két karabinerén keresztül, majd vissza a pillangócsomón lévő karabineren keresztül.
- Csavarja be az összes karabinert, és győződjön meg róla, hogy a megfelelő helyzetben vannak!
- Most húzza meg a kötelet. Vegye figyelembe, hogy a kötelet csak egyszer lehet újra meghúzni.
- A megfeszített kötelet rögzítse egy csúszós csomóval, és legalább 4 pereccsomóval vissza.
- Tekerje fel a kötél maradék végét, és akassza a megfeszített kötélre, lehetőleg egy másik karabinerrel.

Végrehajtás

Ennek az elemnek az az elve, hogy a két partner a testsúlyával egymásnak nyomja a másikat, és így stabilizálják egymást.

- Négy spotter, egy edző és két ember szükséges az elem partnergyakorlatként történő végrehajtásához.
- Először elmagyarázzák az elemet, és érvényesítik a biztonsági utasításokat. (ha szükséges, vegyük le az ékszereket, kössük össze a hajunkat, ...)
- Mindenki a helyére megy: spotter, partner és edző.
- A partnerek felmásznak a kötélen (ne lépjenek rá a csomókra!) és az átirányításhoz sétálnak.
- Ott közös megegyezéssel lelépnek a kötélről. Alternatívaként visszasétálhatnak a kiindulási ponthoz.
- Csak akkor tapsolnak, amikor mindenki biztonságosan visszatért a földre, és a tevékenység befejeződött.

Biztonsági utasítások

- Távolítson el minden veszélyforrást az előkészületeknél leírtak szerint.
- Az elemet csak a kitérőig szabad járni.
- Ne lépjen a csomókra és a hevederekre, csak a futókötélre.
- A sérülésveszély miatt vegye le a gyűrűket, órákat és karkötőket. Kösse össze a haját.
- Csak a tenyerét szabad a tenyérre helyezni, vagy a karját összefogni. Az ujjakat ne kulcsolja össze!
- Egyszerre egy-egy spotter sétál a kötélen kívüli személy mögött.
- Két spotter guggoló helyzetben helyezkedik el a V belsejében, hogy a hátukkal elkapják az esetlegesen lezuhanó személyt.
- A kötélről való leereszkedésnek egyszerre kell megtörténnie. A két partnernek kommunikálnia kell egymással, különben az egyik partner befelé esik.
- Tapsolni csak akkor szabad, ha mindenki biztonságosan visszaért a földre.

Fotók






A képek magyarázata (balról jobbra)

- Fénykép a rögzítésről
- Fénykép a hátsó rögzítéssel ellátott feszítőegységről
- A partneri munka illusztrációja (tenyerek összenyomva, ujjak nem összekulcsolva)
- A helyes mászás illusztrációja az egész csapattal
  - Oktató (a képen balra a fatörzsön)
  - Partner (egymást stabilizálva a felkarok megfogásával)
  - 2 megfigyelő a személy mögött
  - 2 megfigyelő guggoló helyzetben a V alakban
  - A nézők a látómezőn kívül, egy kijelölt területen tartózkodnak

A forrás igazolása

- Borítókép: Susanne Beier
- Vázlatok: Susanne Beier
- Fotók: Susanne Beier

Weitere Informationen

Kategóriák
Játékok és foglalkozások

Címkék
Együttműködés

Kor
Nincsenek elérhető adatok.

A résztvevők száma
1–20

Biblia
Ez az információ hiányzik.

Időtartam
Nincsenek elérhető adatok.

Anyag
Rengeteg munka

Fájl letöltés
Nincs fájl letöltés

KI Generierter Inhalt
Tartalom
Kategóriák
Címkék
Kor
A résztvevők száma
Biblia
Időtartam
Anyag

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/hu/wiki/art/eltero-v