ENVIADO POR
Irmgard

ON
11/04/2014

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Entre o céu e a terra – Rapel



Rapel? Não! De jeito nenhum. Isso é perigoso demais, e imagine tudo o que poderia acontecer!

Queremos mostrar a você que a descida em rapel não precisa ser mais perigosa do que uma brincadeira ao ar livre na floresta. Se você seguir as precauções básicas de segurança, a descida em rapel se tornará uma experiência incrível e especial, que ficará na memória por muito tempo.

Artigo completo com fotos de nós, mosquetões etc., consulte o arquivo PDF

Guia rápido para uma descida em rapel bem-sucedida

Primeiro, procure um local adequado. Reserve tempo suficiente para isso, pois um bom local para a descida já é metade do trabalho. Pense na altura que o local de rapel deve ter, pois para os participantes faz muita diferença se eles vão descer por um murezinho de dez metros ou por uma parede rochosa de 30 metros. Depois de encontrar um local, faça a si mesmo as seguintes perguntas:

- Existem opções suficientes para proteger o local de rapel?
- Pelo menos a pessoa que está descendo e o instrutor responsável pela segurança têm um espaço de apoio suficientemente amplo, sem colocar a si mesmos ou a outros em risco?
- Existe um acesso seguro ao local de rapel, ou seja, seus participantes conseguem chegar ao local de rapel sem perigo?

Procure um local que ofereça a possibilidade de manter as crianças que não estão descendo de rapel ocupadas com outras atividades. É claro que um local de rapel empolgante (por exemplo, próximo a uma cachoeira, em um local com boa vista) é muito mais interessante para os participantes do que descer de rapel em uma encosta de argila em uma floresta escura. Se houver crianças que nunca fizeram rapel e, por isso, estejam com medo (o que é muito provável), certifique-se de que haja nas proximidades uma encosta não muito íngreme onde seja possível praticar o rapel.

Fixação da corda / Segurança

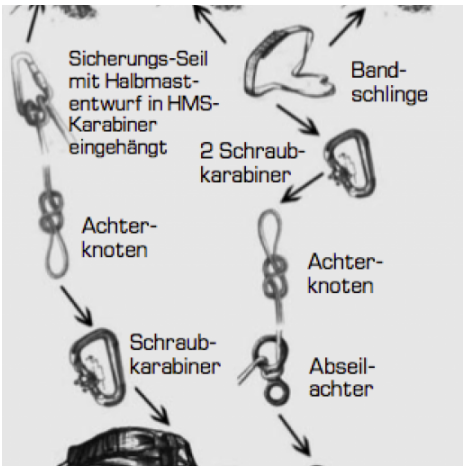
Agora que você encontrou o local ideal, é hora de preparar o ponto de rapel (veja a fig. na p. 26). Para isso, você precisa de pelo menos dois pontos de fixação extremamente seguros, como, por exemplo, duas árvores em boas condições, um corrimão fixado em concreto ou algo semelhante. Em seguida, a corda é presa aos pontos de fixação com a ajuda de duas alças de fita (ao montar a segurança, certifique-se de que todos os pontos de segurança sejam redundantes, ou seja, duplicados). É importante que a pessoa responsável pela segurança tenha um bom ponto de apoio (atenção: queda de pedras, risco de escorregamento etc.). Além disso, a comunicação entre a pessoa que está descendo de rapel e a responsável pela segurança deve ser mantida constantemente, para que seja possível intervir imediatamente caso surjam problemas. Na extremidade inferior do percurso de

descida, deve haver outra pessoa de apoio que solte a corda da pessoa que está descendo e se certifique de que não haja pessoas não envolvidas na zona de descida.

Rapel

Agora você finalmente está pronto e pode enviar a pessoa mais corajosa para a aventura. Depois de colocar o “Gschtältli”, prenda o dispositivo de rapel à corda e, em seguida, fixe-o ao Gschtältli com um mosquetão de rosca (sempre feche bem o mosquetão). Com outro mosquetão, você pode prender a corda de segurança ao “Gschtältli”. A segurança é garantida com a ajuda de um nó de meia-mastro e de um mosquetão HMS, que é engatado na âncora.

A postura durante a descida em rapel geralmente consiste em ficar com os pés perpendiculares à parede, esticar as pernas e afastá-las levemente (ângulo de abertura de aproximadamente 45°). Isso evita que você tombe para o lado. Agora é hora de descer devagar, passo a passo, até ter novamente solo firme sob os pés. Nesse momento, no máximo, você é tomado por uma sensação de euforia, misturada com um pouco de alívio.



Noções básicas

Segurança

Ao praticar rapel com crianças, a responsabilidade é grande, e é fundamental estar ciente disso. O rapel deve ser testado primeiro pela equipe de monitores antes de realizar uma atividade com o grupo de jovens à tarde. Talvez você conheça alguém experiente em seu círculo de conhecidos que possa ajudar nessa atividade.

É preciso prestar atenção especial aos seguintes pontos ao praticar rapel:

● Cabelos longos / roupas:
Se eles ficarem presos entre a corda e o dispositivo de rapel, será difícil — e quase certamente doloroso — resolver a situação. Colares ou acessórios semelhantes também podem ter consequências fatais

Queda de pedras

Ao escolher o terreno, certifique-se de que nenhuma pedra possa se soltar (por isso, a rocha de arenito é totalmente inadequada para a descida de rapel).

Redundância geral

Todos os elementos devem, se possível, ser duplicados. Por exemplo, prenda a corda com dois mosquetões de rosca (ver fig.). Para a segunda corda, utilizada para a segurança da pessoa, deve-se escolher uma fixação própria. É fundamental certificar-se de que os mosquetões estejam bem apertados!

Calor de atrito

Gera-se calor entre a corda e o descensor. Dependendo da velocidade de descida, esse calor pode ser suficiente para derreter o revestimento da corda. Ao chegar ao solo, o descensor deve ser imediatamente separado da corda.

Material

O material é de grande importância na descida. Ao alugar material, certifique-se sempre de que ele esteja em boas condições. É importante saber de onde vem o material e por que situações ele já passou. Especialmente no caso da corda e dos mosquetões, quedas podem causar rachaduras invisíveis. Se for esse o caso, é melhor usar outra corda ou outro mosquetão.

- **Corda:**

Ao contrário da escalada, onde se utilizam apenas cordas de escalada (cordas dinâmicas), para o rapel também é possível usar cordas estáticas. Não se deve fazer rapel com cordas de cânhamo.

- **Dispositivo de descida:**

Normalmente, faz-se a descida com um oitavo de rapel. Existe também toda uma gama de equipamentos especiais, mas que são adequados para crianças apenas em casos específicos.

- **Mosquetões:**

Devem ser utilizados apenas mosquetões HMS (característica: formato de pêra). Além disso, os mosquetões devem possuir um sistema de travamento (fecho de rosca, TwistLock etc.)

- **Arnês:**

Recomenda-se o uso de arnês combinado. Certifique-se de levar também arneses combinados pequenos para crianças.

- **Cintas**

As faixas são altamente resistentes e podem ser usadas para fixação. Em caso de emergência, também é possível criar um “arnês de emergência” com as faixas.

Avançado

Aqui estão mais algumas informações adicionais sobre a descida em rapel. Se você busca uma emoção especial, experimente fazer uma descida em rapel em saliência, por exemplo, de uma borda rochosa ou de uma torre de observação. O mais difícil nisso é tirar os pés do chão e ficar pendurado na corda totalmente livre.

Atenção: já presenciamos casos em que uma criança entrou em pânico repentinamente. Isso pode significar que um monitor precise descer de rapel até essa criança para, em seguida, descer junto com ela. No entanto, isso é uma exceção.

A criança deve sempre descer de rapel por vontade própria. Às vezes, porém, é preciso acalmar um pouco o medo da criança e encorajá-la repetidamente a dar o passo além da borda. Isso não significa, no entanto, coação ou pressão do grupo. Lembre-se também de que existem crianças que têm medo de altura. Nesses casos, todos os esforços serão em vão.

Mais uma observação sobre o cinto de segurança. Na escalada, os chamados cintos de segurança são muito comuns. No rapel, porém, é preciso ter cuidado, pois existe o risco de cair para fora (em caso de queda de cabeça). Por isso, use esses arneses de assento apenas em conjunto com um arnês de peito. Amarre o arnês de peito e o arnês de assento com uma corda (nó em oito).

No site da JS Henggart (www.jshenggart.ch.vu), você encontra, na seção de downloads, um pequeno vídeo sobre rapel para baixar. Esse vídeo mostra algumas imagens de uma dessas tardes do grupo juvenil entre o céu e a terra.

Entre o céu e a terra_YW_01

Folheto informativo do SAC

Descida em rapel[1]

Referências

Conteúdo + Imagem:

Forum Kind 1/04. Entre o céu e a terra. Diversos aspectos técnicos relacionados à descida em rapel, páginas 25 e 26 www.forum-kind.ch

Autores:

Andi Flückiger e Urs Bänninger, trabalho com jovens da FEG Henggart

Weitere Informationen

Categorias
Tecnologia e atividades ao ar livre

Tags
Descida em rapel
Segurança
Instruções
Técnica
Corda

Idade
13 a 16 anos

Número de participantes
Não há dados disponíveis.

Bíblia
Essa informação está faltando.

Duração
Não há dados disponíveis.

Terreno / arredores
Floresta
Prado

Material
Muito trabalho

Download de arquivos
Download do arquivo disponível

KI Generierter Inhalt
Conteúdo
Categorias
Tags
Idade
Número de participantes
Bíblia
Duração
Terreno / arredores
Material

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/pt-br/wiki/art/entre-o-ceu-e-terra-rapel