



КАТЕРЕНЕ
ТЕХНИКИ НА ОСИГУРЯВАНЕ И ПРАВИЛНО ИЗПОЛЗВАНЕ НА АЛПИЙСКИ
ИНВЕНТАР. ИЗРАБОТВАНЕ НА ПЛОЩАДКИ.
ОБЩА ХАРАКТЕРИСТИКА НА СПОРТНОТО И СКАЛНОТО КАТЕРЕНЕ
Тихомир Димитров

Скалното катерене е форма на алпийска практика, породила се за да съдейства за повишаване на специалната техническа и физическа подготовка на алпинистите.

Трудно е да се дефинират понятията алпинизъм и спортно катерене, това е трудна задача, тъй като катеренето и алпинизмът, са естествени дейности и не спортните правила, а природните условия предопределят величината на натоварването и типа енергоосигуряване. Съществуват и етични норми, които правят изкачванията по-стойностни. Алпинизмът се е зародил преди спортното катерене и преди модерните алпийски изкачвания, изискващи катерачно майсторство, затова е било прието алпинизмът, като понятие да включва в себе си и останалите разновидности катерене (М. Михайлов. Напълно Отдадени 2008). В учебника ТАО от 2005 година, изготвен от проф. Д. Бърдарев и кол. се дава следното определение “алпинизмът е изкачване на категоризирани алпийски обекти (върхове, хребети, отвесни стени) със специализирани технически съоръжения“. Авторите обръщат внимание на типичните черти на алпинизма като „особен вид спорт със собствена характеристика“. Оформянето му като спортна дисциплина започва със „съзнателно избиране на по трудните пътища към вече изкачените върхове. По време на изкачването се преодоляват отвесни или надвесни скални стени на планинските масиви с използването на специализирана екипировка и съоръжения“.

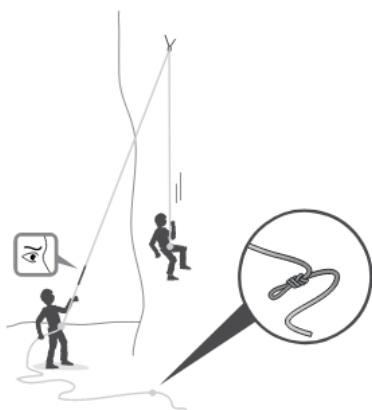
Изкачванията на върхове, където придвижването става единствено благодарение на краката, а ръцете имат балансираща роля с помощта на щеките или пикел, за нас тази дейност е по близка до туризъм (но не еквивалентна разбира се поради опасностите на планинските склонове). Този вид дейност на английски е наречен най точно и само с една дума mountaneering – планинарство (М. Михайлов. Напълно Отдадени 2008).

Различни са причините, поради които много хора се занимават с катерене. Например: контактът с природата, справянето със стреса, породен от ежедневието, доброто здраве, нуждата от приключение и риск, както и придружаващите го емоции, но също така и удоволствието от движението, преодоляването на маршрути с висока категория на трудност и редица други осъзнати и неосъзнати ползи. То създава разнообразни умения, развива комплексно физическите качества и изисква тактическо мислене и психическа устойчивост (М. Михайлов. Напълно Отдадени 2008). В книгата „Наръчник на катерача“, Н. Панайотов отбелязва, че “разликата между катеренето за преодоляване на технически трудности и катеренето за истинско забавление е в промяната на усещането и на целта, която не е основана на господството на външната среда ...”. Катеренето е естествена дейност, присъща на човека както ходенето, бягането и плуването. То е един от малкото "природно естествени" спортове, заложили в човека още с раждането му. М. Михайлов представя катеренето като “...комплексна двигателна дейност с променлив характер, а натоварването е от смесен тип и зависи от трудността на маршрутите и техните отделни участъци”. Той допълва, “...че всеки вид катерене е различен и има своите особености: боулдър катерене, спортно катерене, традиционно катерене, състезателно катерене,

алпинизъм, ледено катерене, big wall катерене (изкачване на високи 1 000 и повече метра стени) и височинен алпинизъм.

Преди всяко катерене задължително се извършва визуална проверка на партньора и неговата екипировка. Следи се за

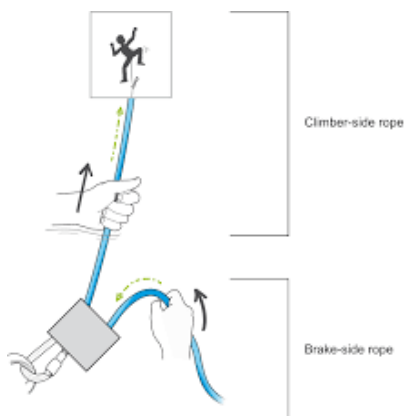
правилно завързан възел на седалката, за правилно поставена седалка, правилно поставено



въже и осигурително устройство и дали има вързан възел за края на въжето. Най-честите инциденти по време на катерене са следствие именно на тези грешки и пропуски. Всички нови въжета имат маркирана среда. Не трябва да се предприема спускане, ако вие виждате средата на въжето някъде пред вас. Това означава, че няма да имате достатъчно въже да спуснете вашия партньор. Инцидентите се случват защото често от единия край на въжето се премахват по няколко метра и този белег за средата на въжето става грешен и заблуждава катерачите!

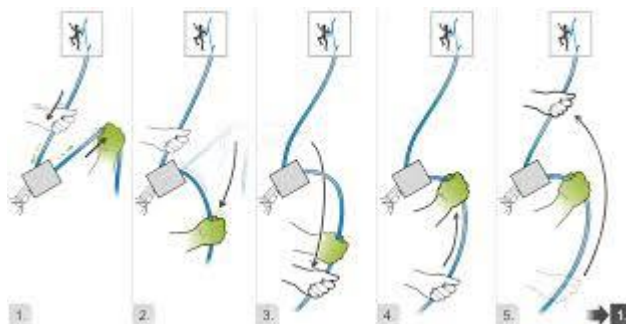
Осигуряване: За нуждите на катеренето трябва да знаете как безопасно да осигурявате вашия партньор по

време на изкачване. Тук няма да се засягат въпросите, свързани с развитието на тренировката, като адаптационен процес на тренираност и спортна форма. Ще поставим основите на техническите умения за работа с екипировката. Съществуват различни видове устройства на пазара разделени в две групи: протриващи и блокиращи. Най-класическия начин за

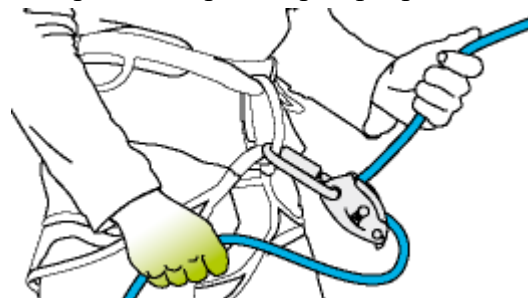


Едната ръка е разположена високо по посоката на катерене, а другата ръка е изпъната към земята и сочи въжето, което е разположено непосредствено пред вас. Трябва да спазвате дистанция поне 10 см между протриващия

Осигуряване: За нуждите на катеренето трябва да знаете как безопасно да осигурявате вашия партньор по



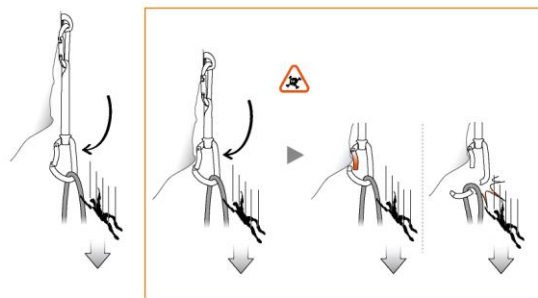
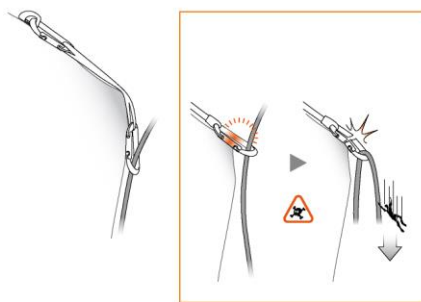
осигуряване си остава с протриващ възел за целите на планинските водачи. Той се е наложил, поради факта, че не носите устройство поради неговото тегло и обем в раницата. Така или иначе фазите на безопасно осигуряване с протриващ възел и протриващо устройство са еднакви. Когато алпинистът започне да се катери с долна осигуровка, осигурителят пропуска (подава) въже през карабинера/протриващото устройство само с приплъзване на ръката около





възел/устройството и ръката подаваща въже. Ако дистанцията е по-малко от указаната, при падане на катерача е възможно ръката да попадне във високо енергийната зона, където се осъществява триенето на въжето и осигуряващият ще изпита болка, в следствие от което той ще пусне въжето и катерачът ще падне на земята. Когато вече има изградена горна осигуровка, фазите за безопасни действия са пет. С последователното прихващане на въжето вие никога не позволявате „долната“ ръка да не държи въжето, което е кардинално за безопасността на катерача. Когато се правят прихващанията също трябва да се съблюдава за дистанция между ръцете и високо енергийната зона където се осъществява триенето на въжето. При правилно осигуряване никога не се изпуска въжето под възела/устройството с която и да е ръка. Всички останали действия се приемат за неправилни и носят потенциален риск при падане на катерача той да загине. При осигуряване с блокиращо устройство също не трябва да се допуска изпускане на въжето с ръце. Характерен момент е приплъзване/преминаването на въжето през устройството. За по голямо улеснение, както на катерача, така и за осигуровчика е той да прави няколко крачки назад с цел по-бързо отпускане или „обиране“ на въжето, когато има възможност. Тази техника се нарича активно осигуряване и е полза най-вече на водещия, защото елиминира момента от задържане на въже и неговото блокиране на даден участък и в същото време няма прекалено много отпуснат „корем“. При всички устройства трябва да се спазва инструкцията за употреба, посока на въжето, както и неговата дебелина! При неизпълнение на някоя инструкция или препоръка поставяте в риск живота си и живота на вашия партньор.

Правилно боравене с инвентар. По време на изкачване вие трябва да поставите примките в клиновете или анкерните болтове, които биват разположени в различни позиции и посоки, но това е съобразено с линията на маршрут и здравината на скалата. Не се допуска поставяне на клин или болт в несигурни места на скалите. На фигурата са изобразени правилните и грешни, най-честите позиции за поставяне на примката в болтовете и скалните клинове. Макар много здрава, алпийската екипировка, ако се използва неправилно, се чупи не много трудно, което поставя вашето здраве в риск. Вижда се, че допълнителната гумичка не трябва да бъде поставяна на горния карабинер, защото ограничава негово движение, което може да доведе до неправилно натоварване и счупване. Поставянето на карабинер в скален клин и всякаква друга опора трябва да става, така че ключалката му да сочи навън/към лицето ви, в противен случай при натоварване може да се счупи карабинера или извади клина правейки рамо в скалата. По никакъв начин не трябва ключалката на карабинера да бъде

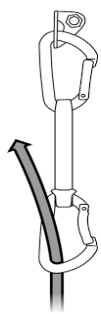


компрометирана или натоварен „по средата“. Всички тези действия могат да доведат до негово счупване и сериозни последствия за вас.

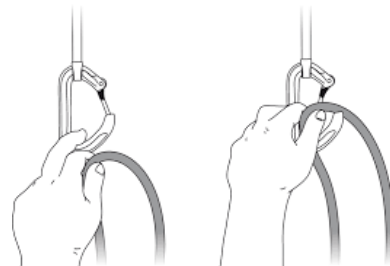
Катерене с долна осигуровка/водене.

Ще трябва да поставяте и въжето в карбинерите на примките. Има няколко техники за това, но ще се спрем само на две. След като сте закачили вече примката в опора, то вие трябва да се **осигурите/водите**, като закачите въжето в долния карбинер. Трябва с всяка една ръка да усвоите

изобразените два варианта, което зависи от посоката на ключалката на карбинера и вашата посока на придвижване. При изобразения вариант на закачане, когато ключалката сочи на дясно вие се закачате с лявата



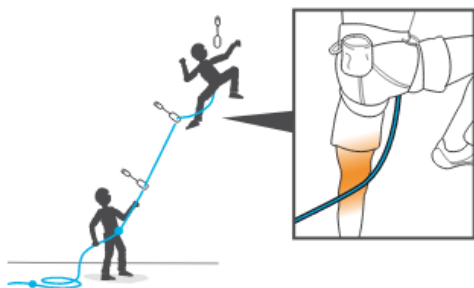
ръка, защото с дясната се държите, като държите въжето с показалец и палец. Поставяте средния пръст в карбинера (служейки за опора), вие поставяте въжето през ключалката в карбинера. За правилно поставяне на въжето в карбинера се счита неговата правилна посока. Когато пак ключалката на карбинера е поставена на дясно, но вие се държите с лявата ръка и трябва да извършите осигуряването с дясната ръка



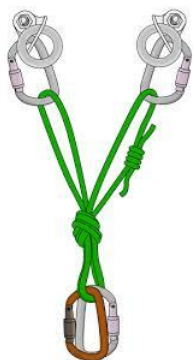
действията са следните: издърпали сте свободното въже и сте го „хванали“ с показалеца на дясната ръка, често пъти може в действието да се включи и средният пръст, така че да държите въжето с двата



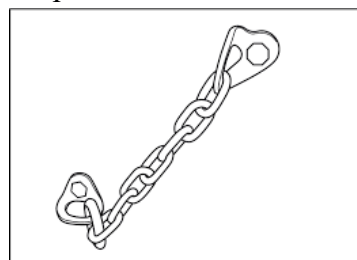
пръста, а палецът е хванал карбинера от лявата страна и поставяте въжето в карбинера, като натиснете ключалката. Отново трябва да се спазва посоката на включване и нашата посока на придвижване. По време на изкачването трябва да се следи позицията на въжето около тялото на катерача. При движението си нагоре по вертикала въжето „идва“ от земята и човека, който



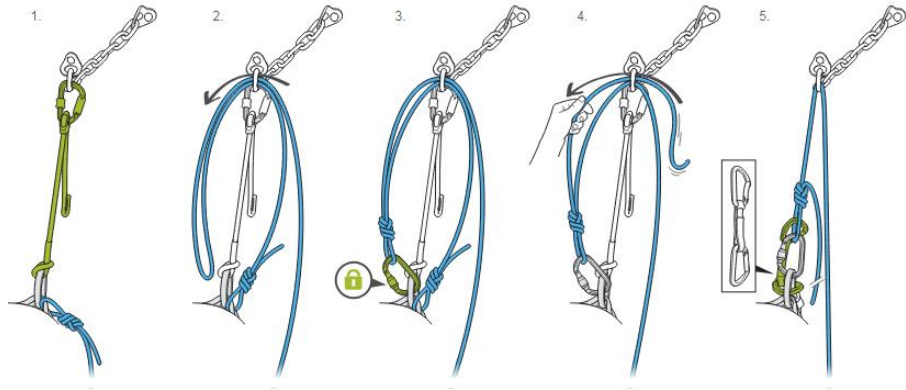
ни осигурява и винаги трябва да е между краката ни между тялото ни и скалите. При преминаване на въжето зад крака ни и евентуално падане, катерачът ще увисне с главата надолу и това ще доведе до неговото травмиране. Изключително много трябва да следите въжето да не минава през остри ръбове. След като сме се изкачили и закачили всички примки, сме стигнали до двата анкерни болта/ленени клина и може да си направим горна установка или да напуснем/разекипираме този маршрут по следния описания метод. Най-често



двата болта са обединени с верига, която има „халка“ в която се закача два карбинера с муфа и се прекарва въжето. Ако двата болта не са обединени, то вие ги обединявате с ремък от въже стандарт 1 по UIAA или с лента. Препоръчва се да става с въже стандарт 1, поради неговите динамични и якостни качества. Действието по **напускане на маршрута** и събиране на всички инвентар наричаме **разекипиране**. Съществуват няколко варианта за напускане на маршрут, като аз ще опиша



само един, който считам за най-безопасен, рационален и бърз. Всички действия имат методическа последователност и са нарисувани в следващата графика. При качването ни на площадката първото нещо, което трябва да направим е да се самоосигурим с ремък за халката. Подавате команда на осигуровчика да отпусне два/три метра въже, но да не го премахва от протриващото устройство. Следващата стъпка е да прекарате въжето двойно през халката или карабинерите закачени на веригата. С прекараното въже правите възел осмица, с който се закачате за карабинер с муфа поставен на седалката. Развързвате възела, с който сте обвързани по време на изкачването и премахвате въжето от



халката или карабинерите носещи натоварването. Казвате на партньора да ви „обере“ и след като почувствате въжето опънато и натегнато – премахвате осигурителния ремък, на който сте закачени и следва спускане към земята. Така направената установка покрива всички мерки за безопасност. При нужда на „разекипиране“ отново следвате стъпките от предходната графика, като по време на изкачването или спускането събирате всичкия инвентар поставен от вас. Винаги при направата на установка и напускане на маршрут трябва да сте осигурени на два анкерни болта!

В ситуация различна от описана по-горе, която се среща най-често на спортно катерене вие сами трябва да импровизирате и изградите площадка. Тя трябва да отговаря на следните изисквания:

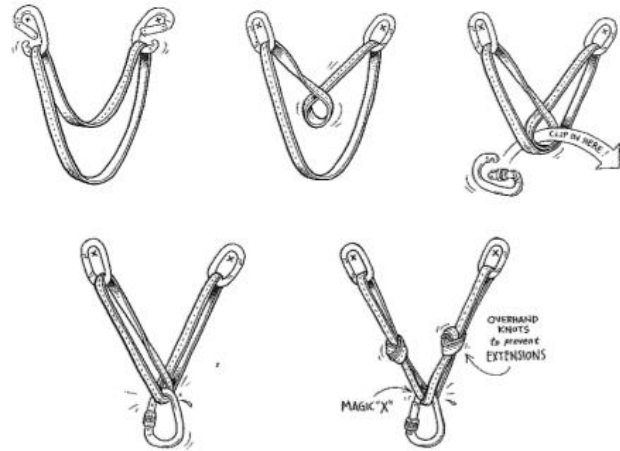
- Да е здрава (да може да понесе най-тежкото възможно натоварване в дадената ситуация).
- Да е удобна за ползване при стоене на нея, и осигуряване.
- Да се изгражда и демонтира бързо.

Това се налага, когато вие катерите алпийски маршрути на големи стени или се намирате на техничен терен и вашите спътници/клиенти се чувстват несигурни в своите действия. Основен принцип на изграждане – обединяват се всички точки (2, 3 или повече - джаджи, скални клинове, болтове, скални халки, дървета), като се преценява посоката на натоварването, при катеренето на втория и при катеренето на водача.

Важно! Площадката трябва да бъде „защитена“ – над нея, възможно най-близо над нея трябва да има точка, в която водачът да се включи при тръгване, за да може при евентуално падане, да се намали фактора и натоварването върху втория да не е прекалено голямо и насочено надолу! Като за такава точка може да си използва и най-високата точка от площадката.

Изграждане на площадка. Триангулация на всички точки и изграждане на „мастерпойнт“.

Използва се достатъчно дълга лента (или ринг от динамично въже – препоръчително!), като се обединяват всички точки (карабинерите на точките е препоръчително да са с муфа), така че да се натоварват едновременно. Ъглите между отделните лъчи трябва да са остри (по-малки от 90°) за да не се увеличават изкуствено силите върху точките. Системата завършва с карабинер (HMS с муфа – задължително), той играе ролята на мастерпойнт – на него се самоосигурява водачът и вторият. В карабинера/мастърпойнт, водачът поставя осигурителното устройство или карабинер с протриващ възел за осигуряване на втория. Той може да се изгради, като се **саморегулира** спрямо посоката на силата т.е. винаги разпределя равномерно силите върху точките при промяна на посоката на натоварването. Задължително трябва да се направи усукване на единия от слизащите двойни лъчи (на два от тях, ако е с три точки), за да не се изхлузи карабинера при счупване на една от точките.



Мастерпойнт, който се **саморегулира само в определени граници** – движението се ограничава с възли върху използваната лента, които ограничават удара при счупване на някоя от точките. Недостатък – прави се и се сваля бавно.

Водачът/алпинистът на свръзката трябва да избере подходящо място по маршрута, където да изгради площадка, за осигури групата/втория. Мястото се избира от няколко фактора: удобство (скална площадка, корниз, наличие на стационарни клинове или подходящ релеф за изграждане на площадката – цепки, скален блок или издатък) или по принуда – свършва въжето или инвентара, въжето много трудно



се издърпва заради триенето. Фиксиран мастерпойнт - краищата на лъчите се свързват с възел (водачески е напълно достатъчно). Най-често се използва при площадка на няколко „джаджи“, като посоката на натоварване е предварително избрана - спрямо посоката на очаквана сила – най-често надолу. В този случай трябва да се внимава с посоката на натоварване!

При всички тези варианти, вторият осигурява водача от седалката! При падането на водача, вторият поема удара с тежестта на своето тяло, не натоварва точките. Включването на водача възможно най-близко до площадката е задължително! Възможно решение е да се свали осигуряващият по-надолу (да му се удължи само осигуровката), и водачът да използва като първо включване мастерпойнта. При осигуряване от седалка не трябва да се допусне



при падане на водача да няма закачена първа точка, тогава има голям риск вторият да го изпусне.

Площадка с „централна точка”, тази площадка може да бъде изпълнена, когато има поне една много здрава точка (болт или лепен клин). Смисълът ѝ е, евентуалният динамичен удар при падане на водача да бъде поет от точката, а не от осигуряващия (клиента). Така е по-добре за него и по-сигурно за водача, но има голямо натоварване върху тази точка. Клиновете се обединяват, като основната точка се изработва на най-здравата опора/анкерен болт. На нея става самоосигуряването и се поставя осигурителното устройство или карабинер с протриващ възел. Обединяването на точките се извършва с ремък стандарт 1 по UIAA, като точките се обединяват в двоен булин. Ушите на възела се закачат на здравата точка и играят роля на „централна точка”, остатъкът се закача по другите точки от системата, например със стремена. Този вариант на площадка е по-удачен, когато:

- Има голяма разлика в теглото на осигуряващия и водача (той е по-тежък с 30% или повече).
- Няма възможност за включване на водача веднага след площадката (риск от падане с близък до фактор 2).
- Има риск от големи падания, без да има триене на възето – силен удар върху осигурителната точка.

Изграждане на площадка от основното въже

Прави се бързо и лесно и не изисква много допълнителна екипировка – водачът се осигурява с лъчове от въжето към точките (и към седалката) със стремена, като с тях регулира лъحوвете така, че да са равномерно натоварени.

Карабинерите е препоръчително да са с муфа. Този метод обаче има редица недостатъци:

- Отнема много от основното въже (което не винаги е възможно).
- При най-простия вариант, първият осигурява втория от седалката с лице към долината, което вече е исторически остаряло. Иначе трябва да се изгради мастерпоинт и трябва още въже.
- Това, което прави **абсолютно неприложим** този метод в случая на водач и клиент е, че за да продължи напред, водачът трябва да демонтира площадката и да направи нова, което е недопустима загуба на време.

Като заключение можем да изведем следните препоръки и изводи:

- Използването на карабинери с муфа увеличава сигурността на площадката. Но за отдалечените точки без проблем може да се използват и обикновени карабинери.
- Използването на ринг от динамично въже намалява максималния удар при падане на водача и изобщо прави площадка по-устойчива от към сътресения. Но ринга тежи много повече от тънките лети, които използваме в момента.
- Използване на „централна точка” е по-щадящо към осигуряващия, но натоварва повече едната точка.

