

Seminárna práca

Semináre bezpečného istenia s Gri Gri a jeho správne použitie



Žilina, 12.9.2018
Michal Šranc

TRADE

Obsah

Úvod	2
Istenie.....	3
Nesprávne techniky istenie s GRI GRI.....	4
Neprávne reflexy.....	5-6
Dynamické istenie.....	7
Odblokovanie lana zaseknutého medzi vačkou.....	9
Viac dĺžkové lezenie.....	10
Istenie druholezca priamo z kotviaceho bodu.....	11
Samoistenie.....	12
Spúšťanie a zlaňovanie.....	13-18
Vystupovanie s GRIGRI.....	19

Úvod

Metodický materiál je tvorený súhrnom poznatkov a skúseností z podujatí Vertical Trade zameraných na bezpečné používanie asistovanej istiacej pomôcky GRIGRI.

Istenie

- **Pripomenutie istenia: vyhnite sa chybám**

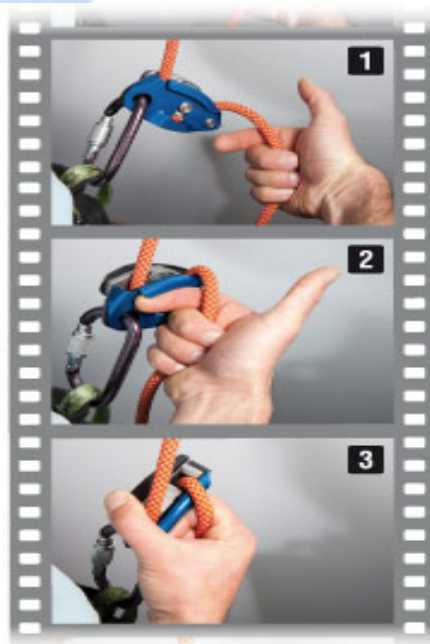
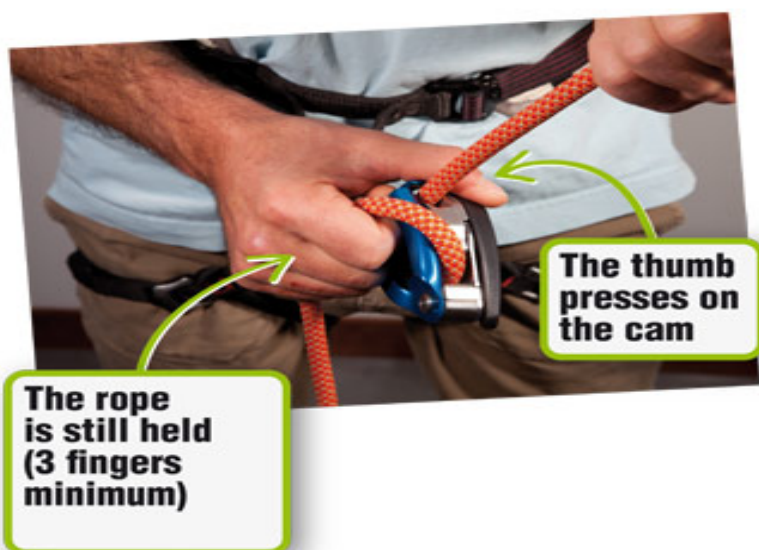
Nezabudnite, že správna technika istenia je nasledujúca: Znázornená technika je ta správna pre účinné a bezpečné istenie.

- **Základné postavenie.**



NEUSTÁLE DRŽTE BRZDNÚ ČASŤ LANA V RUKE!!! (rovnaká technika ako pri istení s akýmkoľvek iným prostriedkom)

- **Rýchle podanie lana.**



Tato činnosť musí byť krátkodobá. Akonáhle prvolezec zapne prvé postupové istenie, vaše ruky sa musia vrátiť z tzv. „spotovania“ do základnej istiacej pozície. Ak ruka zostane na vačke, môže to viesť k chybe istenia a následnému úrazu či smrti. Tento spôsob umožňuje neustále držanie brzdnéj časti lana najmenej tromi prstami a znižuje riziko zovretia vačky rukou.

Kladíme veľký dôraz na nutnosť držať brzdnú časť lana. Prečo?

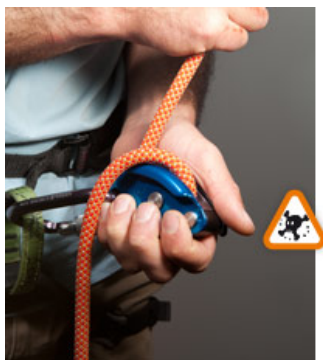
Termín **"istiaca pomôcka s asistovaným brzdením"**, ktorý uvádzame, neznamená, že ide o **samoblokovaciu pomôcku**. Ak skúsite posúvať lano v GRIGRI pomaly (zvlášť u malých priemerov lán), nie vždy sa lano zablokuje a neustále voľne preklzuje. Iba keď pridržíte brzdnú časť lana rukou, vačka zaberie a zablokuje lano!

Je tiež dôležité zdôrazniť, že akékoľvek zablokovanie GRIGRI, najmä vyklopenia vačky vyradí brzdiacu schopnosť GRIGRI. Preto je nutné sa vyvarovať: zovretiu GRIGRI celou dlaňou, neustálemu držaniu palca na vačke, blokovaní vačky akýmkoľvek iným spôsobom, atď.

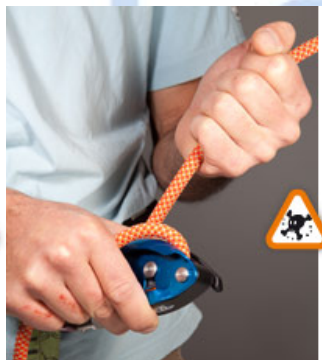
Obrázky nižšie znázorňujú príklady, ktoré spôsobili pád na zem, na skalách alebo na umelej stene.

Nesprávne techniky istenia s GRIGRI

Je ťažké vykresliť úplný vyčerpávajúci zoznam nesprávnych techník, pretože ľudská „fantázia“ nepozná hraníc, preto uvádzam len najčastejšie z nich:



Zvieranie GRIGRI v dlani



Podávanie lana bez držania brzdnéj časti lana pod vačkou



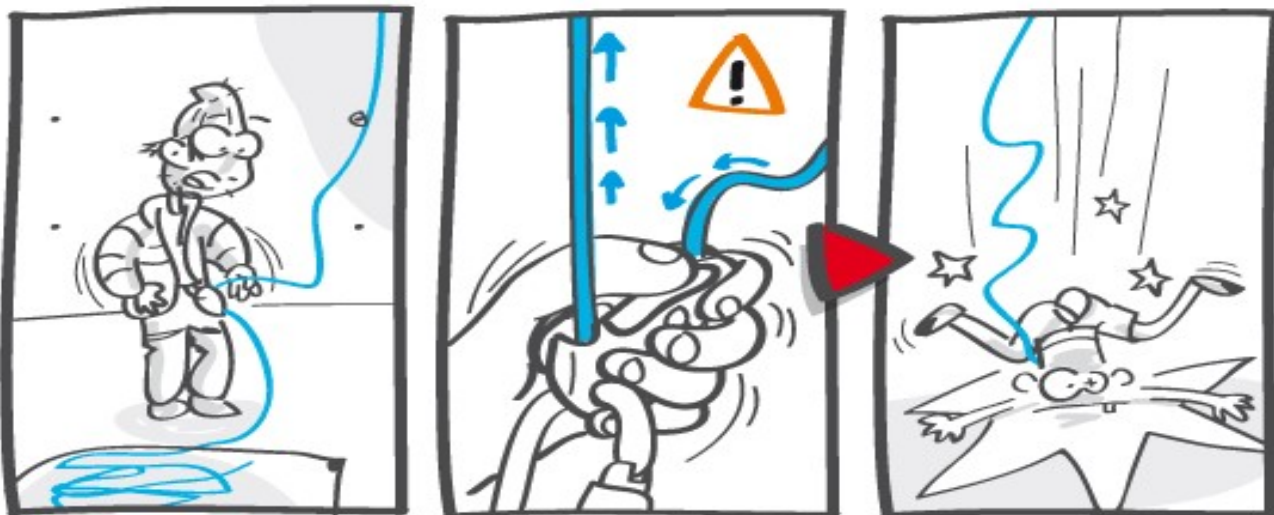
Držanie lana vedúceho k lezcovi

Uvedomte si, že nesprávne použitie istiacich techník pri akejkoľvek pomôcke, ktorú použijete na istenie je primárnym rizikovým faktorom pri nešťastí, obzvlášť pokiaľ je istič pádom prekvapený z nepozornosti. Pokiaľ rozpoznáte vašu techniku istenia na niektorom z týchto obrázkov, osvojte si techniku istenia uvedenú na začiatku tohto odstavca.

TRADE

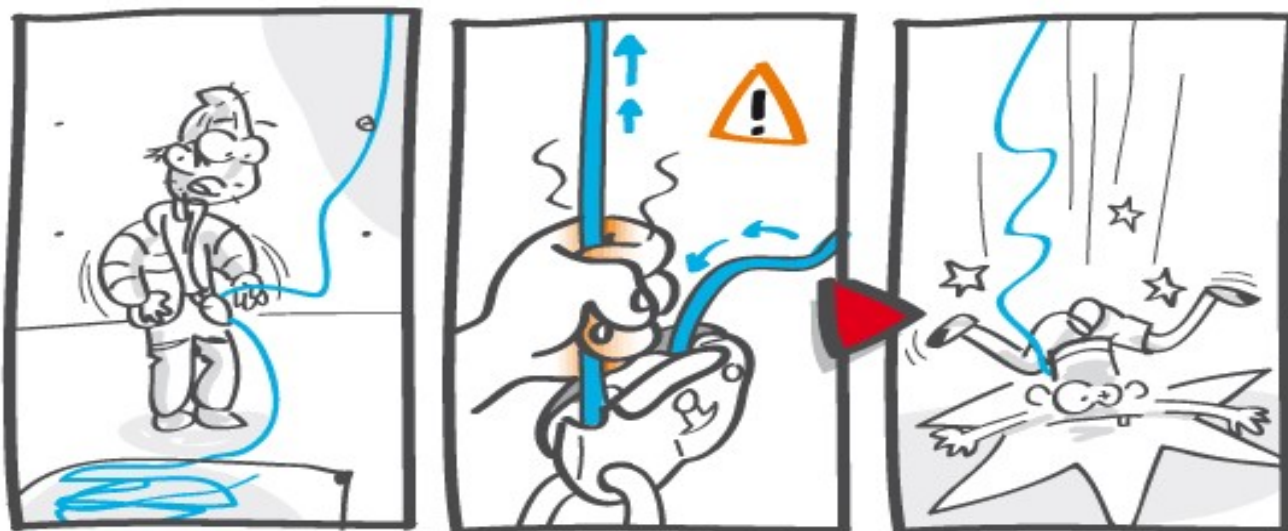
Nesprávne reflexy

Ak je osoba, ktorá niečo drží v ruke prekvapená, prvým reflexom je zovretie držanej veci ešte pevnejšie – tzv. úchopový reflex. Predstavte si túto situáciu u ističa držiaceho GRIGRI celou dlaňou v okamžiku pádu lezca



V takomto prípade istič zovrie GRIGRI, bez toho aby držal brzdnú časť lana druhou rukou a lezec padá na zem.

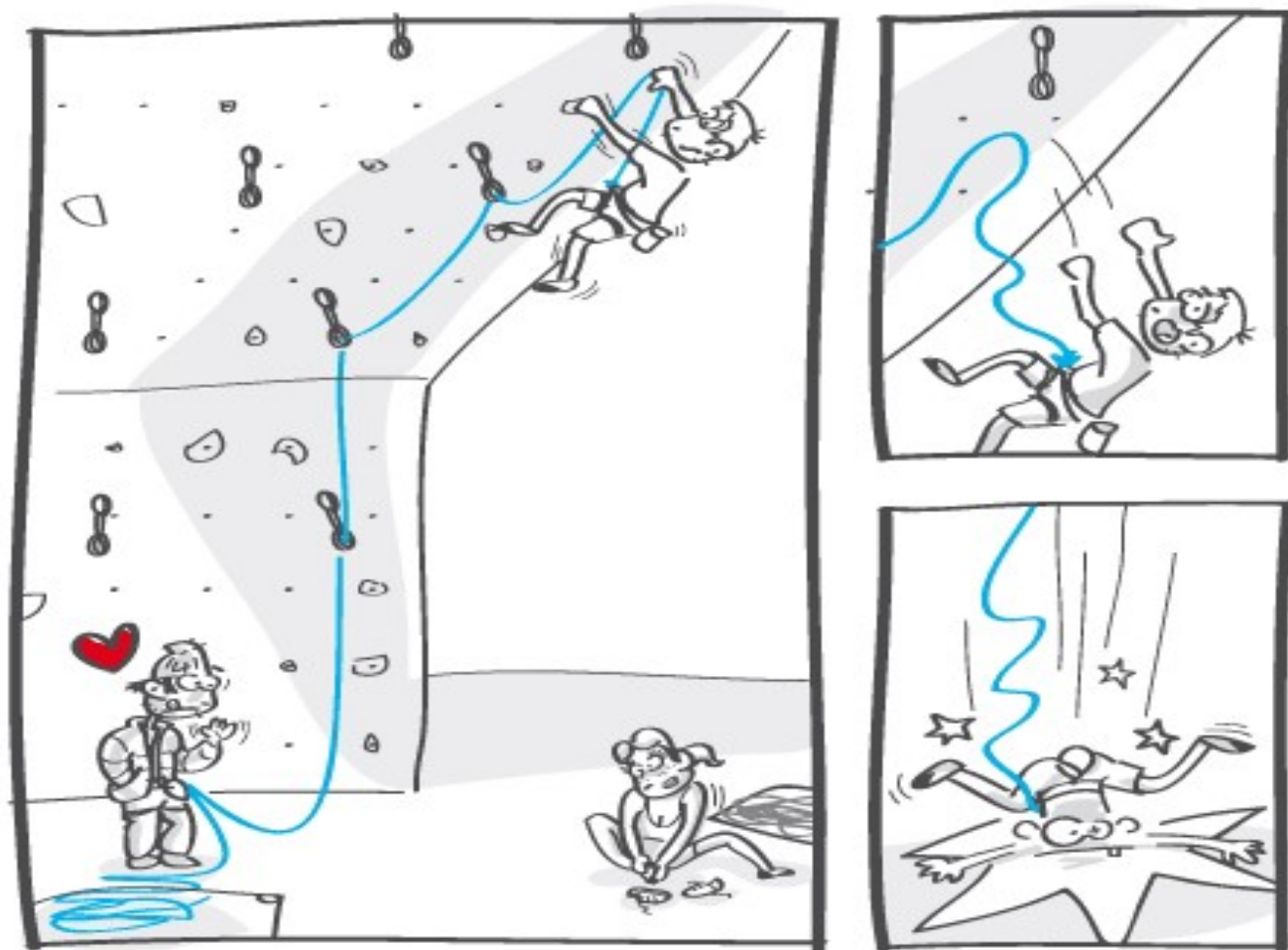
Ďalší nesprávny reflex je držanie lana vedúceho k lezcovi.



V takomto prípade si istič spáli dlaň a čo je horšie, bráni vačke, aby sa vyklopila a zablokovala lano. Tu lezec **tiež** padá na zem tiež.

Nepozornosť ističa: istič „kecá“, pozerá kade-tade, fajčí, sms-kuje, telefonuje...

Pozriete si nákras: ističa ktorý má napríklad ruky v vreckách a nedáva pozor na lezca, ktorý práve cvaká expresku s „dlhým“ lanom („z dlhej ruky“)...



Záverom:

Pády až na zem sú často dôsledkom niekoľkých faktorov. Napríklad nesprávna technika istenia, nepozornosť, atď. Je iba na vás, aby ste eliminovali tieto faktory.

FA
TRADE



Niektorí lezci si myslia, že s GRIGRI je ťažké istí dynamicky. Ale to je lezcom alebo ističom, nie istítkom. Istič hrá pri dynamickom istení hlavnú úlohu.

Kľúč k dynamickému isteniu: vykročte, alebo trochu povyskočte smerom k lezcovi, keď lezec spadne. Chceme však zdôrazniť, že dynamické istenie neznamená držať 3-4 m previsnuté lana pred ističom tzv. „banán“, resp. „vaňu“. To v žiadnom prípade nezmenší rázovú silu. Naopak kým nie je lezec dostatočne vysoko, zvyšuje to nebezpečenstvo pádu až na zem.

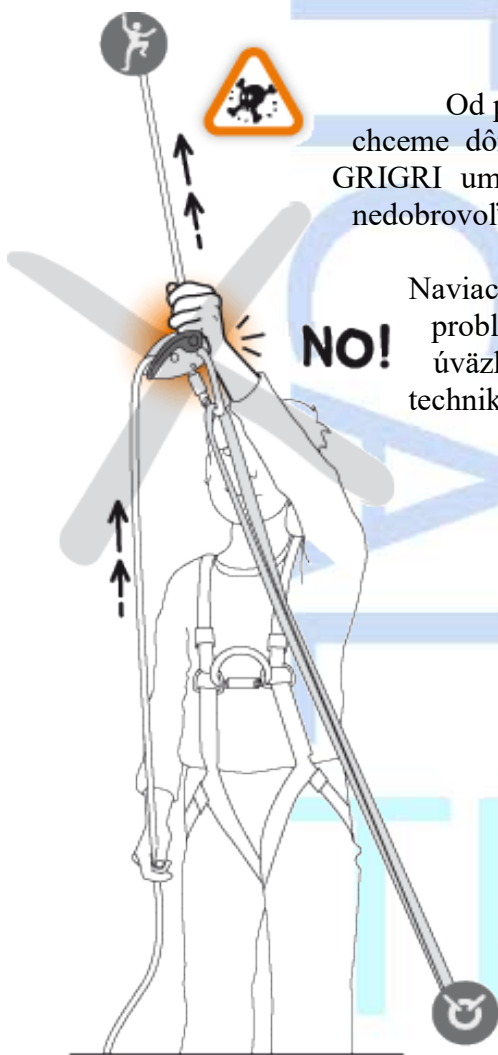
V každom prípade je nutné byť pri istení pozorný a neustále v strehu, aby sme prípadný pád zachytili. Uvedomte si, že tam kde hrozí pád na zem, alebo náraz na policu, dynamické istenie nesmiete používať.

Istý čas to trvá, kým dôkladne zvládnete techniky dynamického istenia. Keď začínate s nácvikom začínajte s pádmi dostatočne vysoko v pomere k zemi (napr. keď sa lezec blíži ku konci cesty).

 **Istenie s GRIGRI ukotveným k zemi: POZOR nebezpečenstvo!!!** 

Od používania tejto nezmyselnej techniky, ktorú je ale možno vidieť tiež, vás chceme dôrazne odradiť, pretože už spôsobila mnoho pádov až na zem. Ak je GRIGRI umiestené v nesprávnej výške vzhľadom k ističovi, ten potom riskuje nedobrovoľné zablokovanie vačky a vyradenie brzdného účinku.

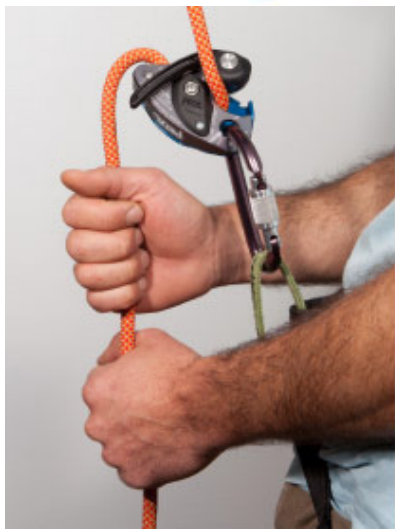
Naviac pri použití GRIGRI ukotveného k zemi je kontrola spúšťania lezca problematická v porovnaní s kontrolou a ovládaním GRIGRI umiestneného na úväzku ističa, pretože necítite váhu spúšťaného lezca. Okrem iného touto technikou nie je možné použiť na dynamické istenie.



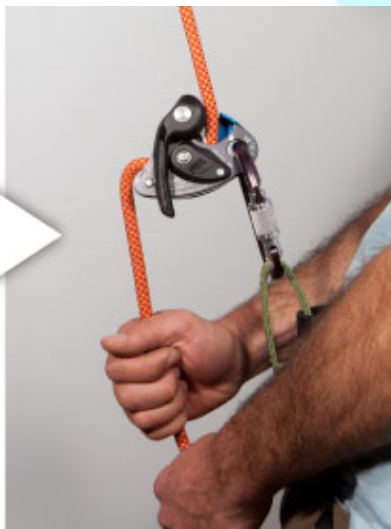
Odblokovanie lana zaseknutého medzi vačku

V niektorých veľmi špecifických prípadoch (napr. pri dlhom páde, atď.), sa môže lano zakliesniť medzi vačkou a telom GRIGRI. Nepanikárte: toto zakliesnenie nepoškodí lano. Testy ukázali, že aj tie najtenšie laná zostali nepoškodené aj pri ťažkom páde lezca. Poznámam tiež, že dokonca aj s lanom v takejto polohe zostáva brzdiaca funkcia vačky nezmenená a pracuje úplne normálne, teda v prípade pádu lezca zablokuje lano a pád zachytí.

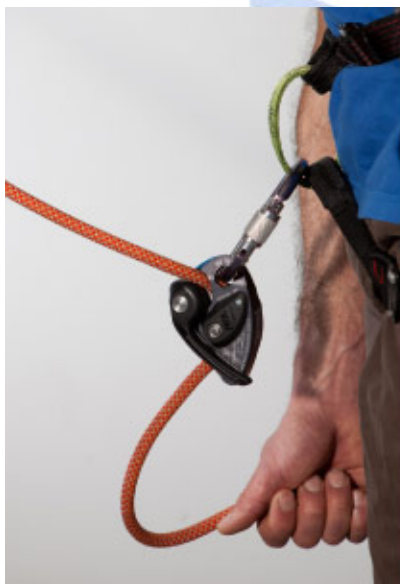
Uvoľnenie lana je jednoduché. Vždy pri uvoľňovaní držte brzdnú časť lana. Pokiaľ nie je lano napnuté, zatlačte na GRIGRI a lano na lezcovej strane zatlačte ho do správnej polohy. V prípade, že lano je napnuté, jednoducho zatiahnite za brzdnú časť lana.



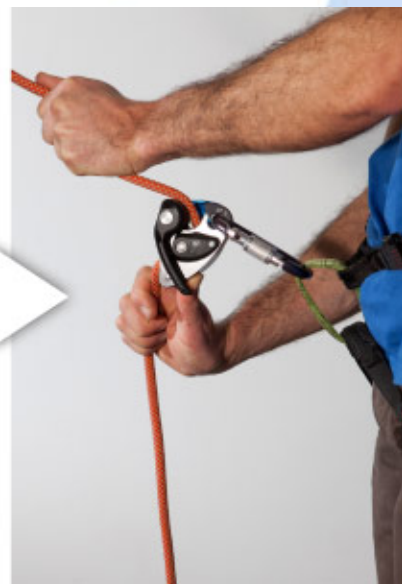
Počiatkový stav: zaseknuté lano



Uvoľnenie pokiaľ je lano napnuté: zatiahnite za brzdnú časť lana



Počiatkový stav: zaseknuté lano



Uvoľnenie pokiaľ lano nie je napnuté: zatlačte na GRIGRI a rukou posuňte lano pri lezcovi do správnej polohy

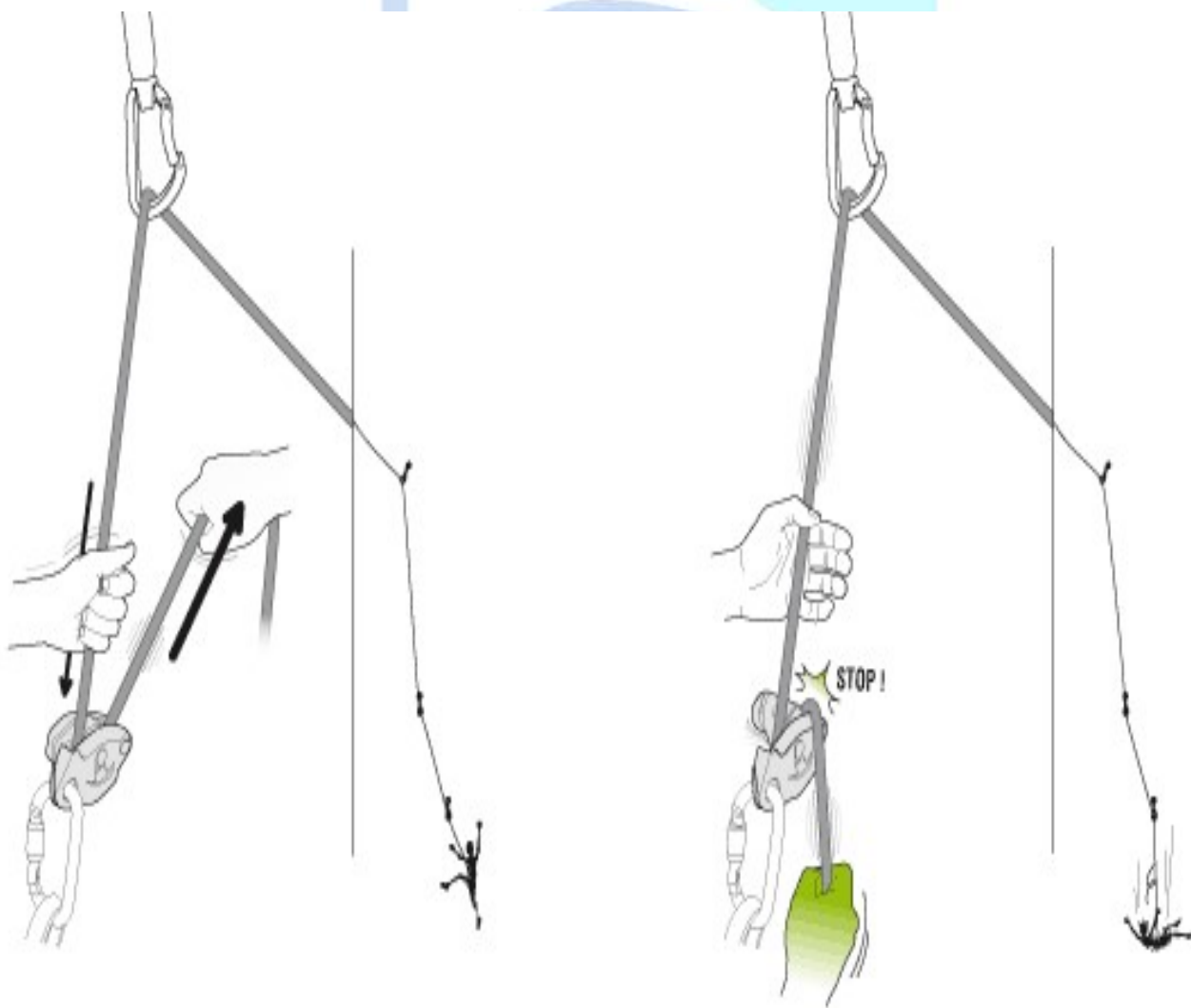
Viacdĺžkové lezenie

GRIGRI je možné použiť na istenie pri viacdĺžkovom lezení.

Upozornenie: používajte vo viacdĺžkových cestách len v skalných neveľhorských terénoch, ktoré sú odistené borhákmi alebo nitmi (športové cesty), kde sa nevyžaduje použitie dvojlanovej techniky!!! Na Slovensku však nie sú spravidla podmienky na tento spôsob použitia a preto aj MBK (Metodicko-bezpečnostná komisia SHS JAMES) ako ani zástupca výrobcu Petzl neodporúča toto zariadenie pre istenie vo viac dĺžkových cestách na Slovensku.

Istenie druholezca s GRIGRI na úväzku, použite presmerovanie

Upozornenie: v takomto prípade nezabudnite, že sa musíte nachádzať minimálne 1,5 m pod istiacim stanovišťom! V prípade pádu prvolezca vám hrozí prirazenie k skale a celkovo do veľmi nepriaznivej polohy a v prípade, že prvolezec necvakol prvé postupové istenie a spadne pod istiace stanovište znemožňujete si urobiť adekvátnu záchranu!





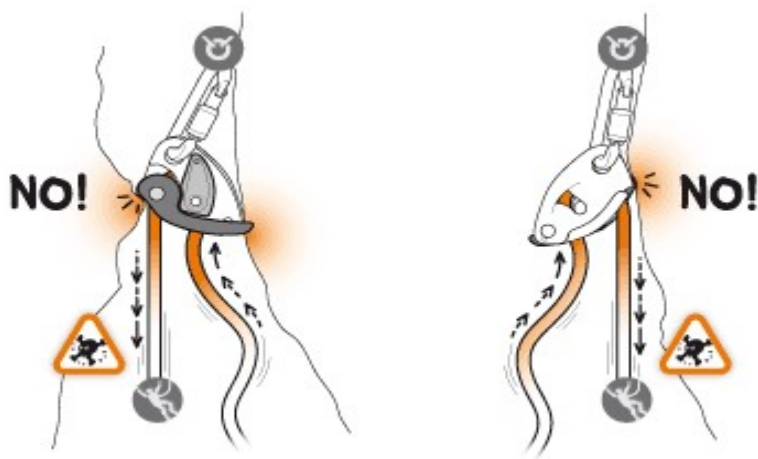
Lano doberajte pravidelne podľa postupu druholezca. Nikdy nepúšťajte brzdnú časť lana. Pre zastavenie pádu zovrite brzdnú časť lana a zatiahnite smerom dole.

Istenie druholezca priamo z kotviaceho bodu

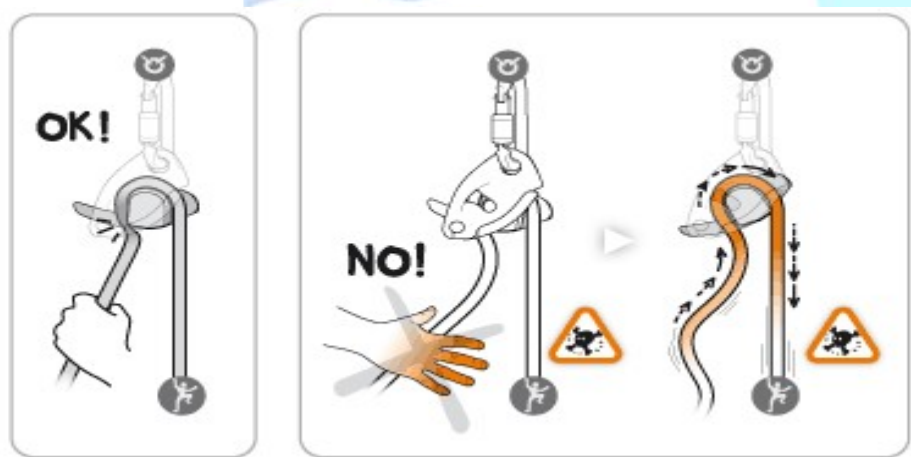


Lano vložte do GRIGRI, uistite sa, že je lano založené správnym smerom. GRIGRI pripojte do kotviaceho bodu karabínou s poistkou zámku. Karabínu zaistite. Urobte skúšku funkčnosti!

TRADE



Pozor na akékoľvek zablokovanie pomôcky, alebo vačky, ktoré môže spôsobiť vyradenie brzdiaceho účinku GRIGRI. Vid' obrázok



Lano doberajte pravidelne podľa postupu druholezca. Nikdy nepúšťajte brzdnu časť lana. Tento spôsob istenia nie je však ideálny. V uvedenej polohe nie je brzdiaci účinok GRIGRI na lano optimálny (obzvlášť pri tenkých lanách). Riziko zablokovania vačky pritlačením o profil terénu je väčšie. Preto doporučujeme prechádzajúci spôsob istenia, ak ste sa na istenie rozhodli použiť GRIGRI.

Tento spôsob opísaný len z dôvodu, že výrobca ho udáva ako jednu z možností ako Gri Gri použiť. Aj tu však platí, že MBK toto použitie neodporúča!!!



Samoistenie je zakázané!

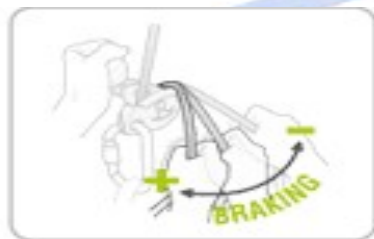
Nemôžem ignorovať fakt, že niekto používa GRIGRI ako samoistiacu pomôcku pri lezení. Mnoho internetových stránok a „brožúr“ ukazuje spôsoby, ako si GRIGRI upraviť pre tento spôsob použitia. Všeobecne tento spôsob zvyšuje nebezpečenstvo pre lezca. Za prvé lezec nedrží brzdnu časť lana.

Za ďalšie, v prípade pádu sa GRIGRI môže zablokovat' o skalú, alebo polohovací systém, čo vyradí brzdiaci účinok GRIGRI. V takomto prípade môže lezec spadnúť na zem. Záverom si uvedomte, že akákoľvek

úprava GRIGRI je výrobcom zakázaná a je právne napadnuteľná! Ak používate prostriedok iným spôsobom, ako odporúča výrobca, vystavujete seba aj ostatných vážnym poraneniam alebo nebezpečenstvu smrti!

Opätovne zdôrazňujeme: Samoistenie s GRIGRI je zakázané!

Spúšťanie



Pri spúšťaní prvolezca po dokončení cesty, alebo lezca pri lezení s istením zhora Top Rope, platia rovnaké pravidlá ako pri istení. **Neustále musíte držať brzdnú časť lana.**



Regulované spúšťanie prebieha za súčasného povoľovania stisku ruky ktorá zvierá lano a ovládaním páčky druhou rukou.



POZOR!!!
Nikdy nepoužívajte na spúšťanie iba páčku, bez držania brzdnéj časti lana druhou rukou. Hrozí vážne nebezpečenstvo pádu lezca!

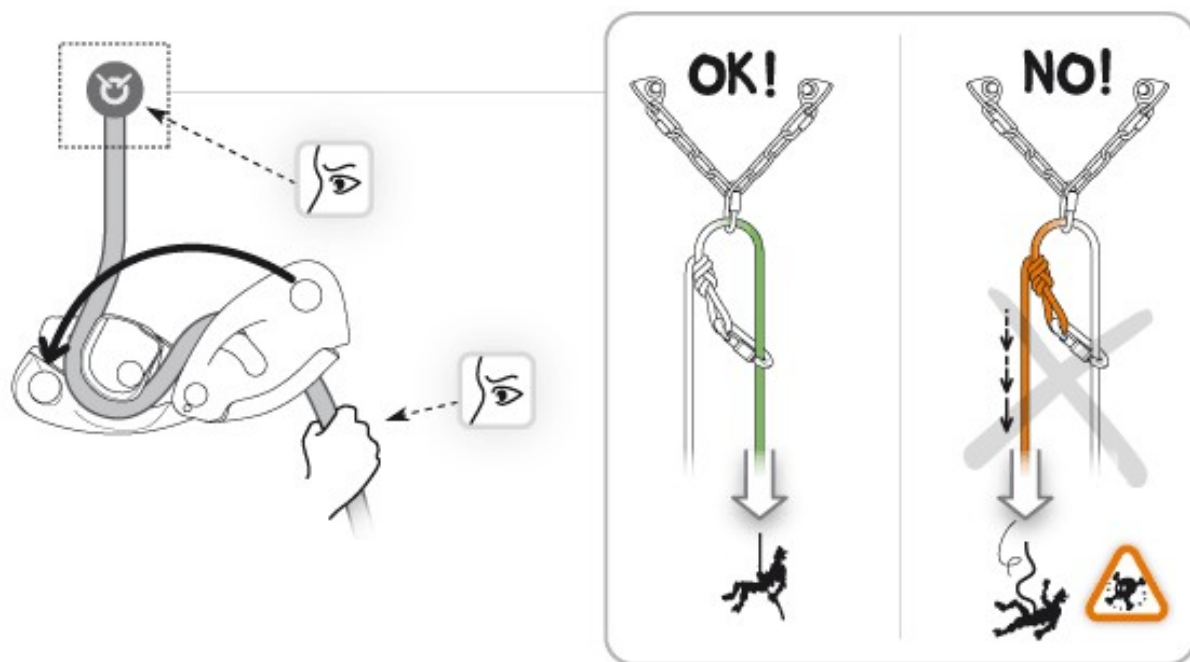
Zlaňovanie

- Zlaňovanie na jednom prameni lana 

GRIGRI sa dá použiť na zlaňovanie na jednom prameni lana.

Kým ste zaistený v kotviacom bode, lano založte do GRIGRI a dôsledne skontrolujte správny smer založenia lana.

Na každom horolezeckom vybavení sú vždy uvedené piktogramy, ktoré znázorňujú správne použitie prostriedku! Opomenutie môže viesť opäť k vážnym poraneniam alebo k smrti!

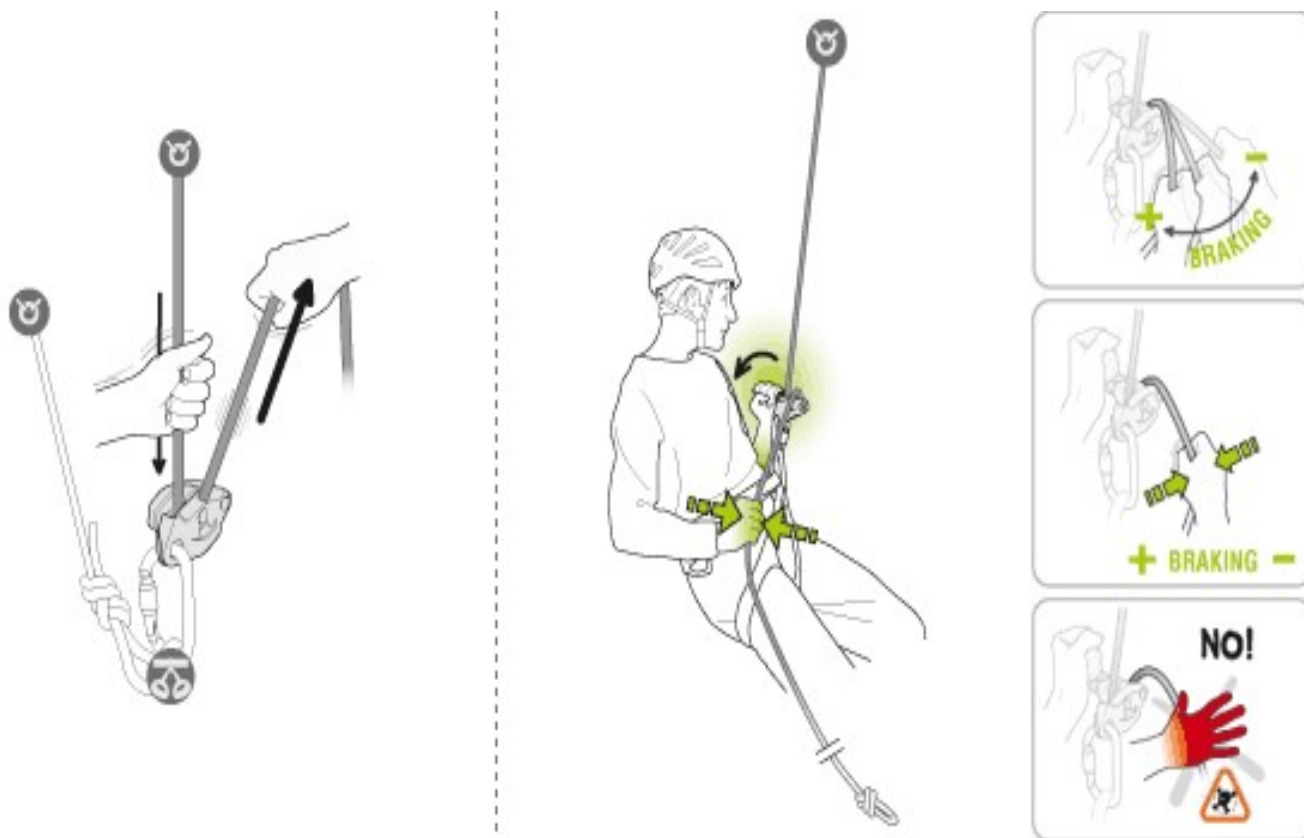


GRIGRI pripojte k úväzku karabínou s poistkou zámku. Karabínu zaistite.



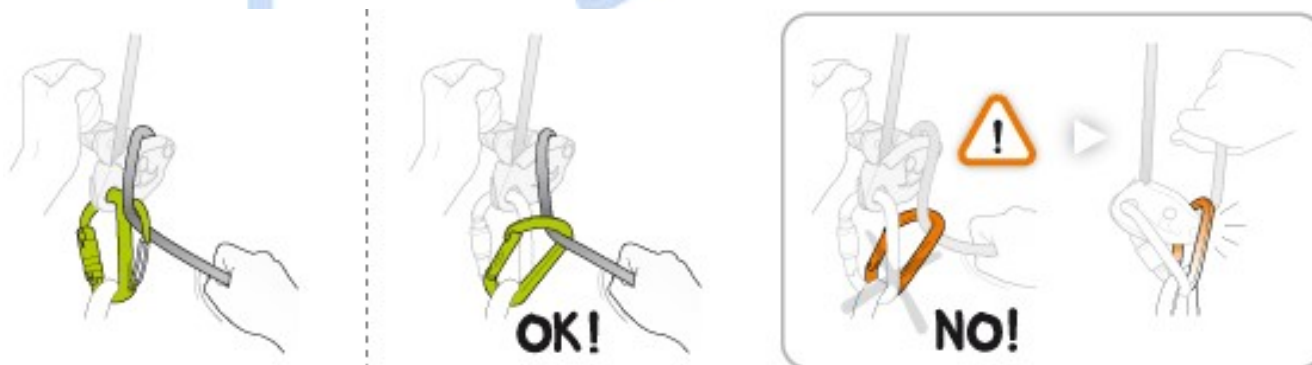
Voľné lano doberte. Ak ste pripravený zlaňovať, urobte skúšku zablokovania lana, odopnite odsedávačku z kotviaceho bodu, a neustále držte brzdnú časť lana. Zlaňovanie začnite zatiahnutím za páčku, druhou rukou držte brzdnú časť lana. Zatiahnutie páčky umožňuje brzdenie, ale hlavná regulácia rýchlosti spočíva v stisku brzdného časti lana rukou.

Nikdy nezabudnite na voľnom konci lana uviazať poistný uzol, aby ste predišli vyvlečeniu lana z „istítka“ a následnému pádu.



- Zlaňovanie na jednom prameni lana s prídavným brzdením 

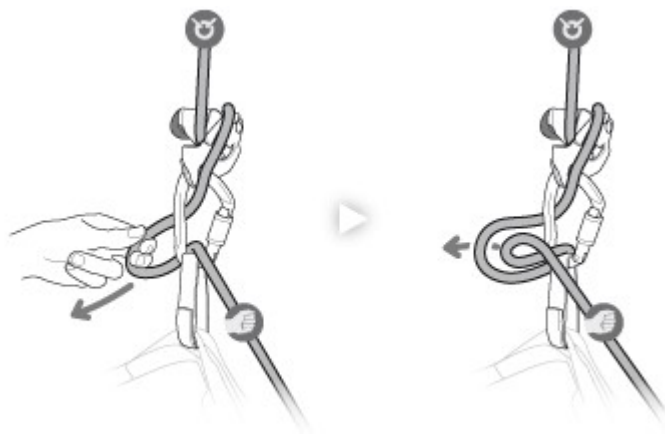
Pri použití tenkých lán je pohodlnejšie a bezpečnejšie pri zlanení zvýšiť trenie. Na tento účel sa používa prídavná karabína, alebo FREINO (čo je karabína s ostrohou).



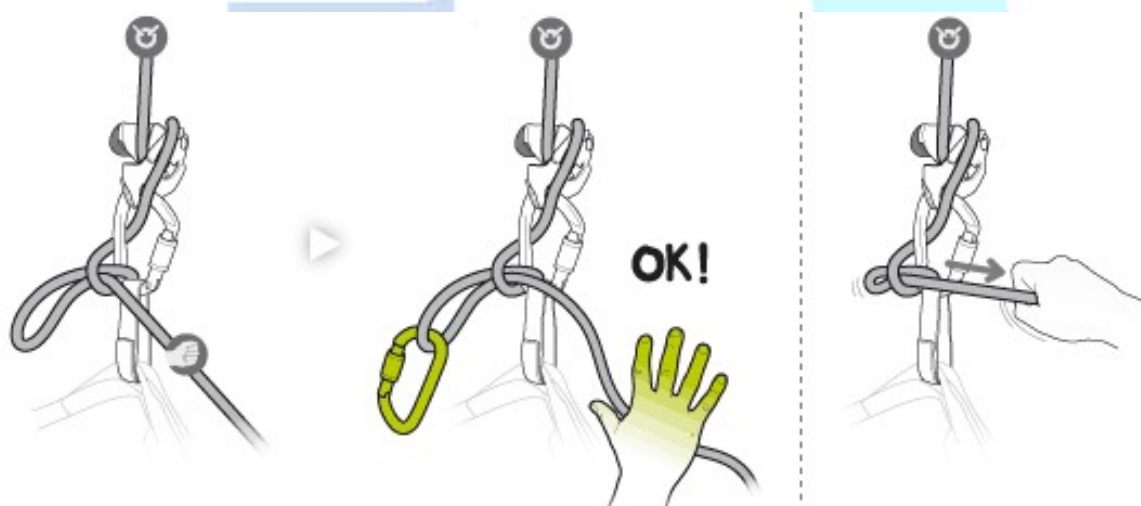
FREINO

Karabina bez zámku

- **Zaistenie GRIGRI pre uvoľnenie rúk** 

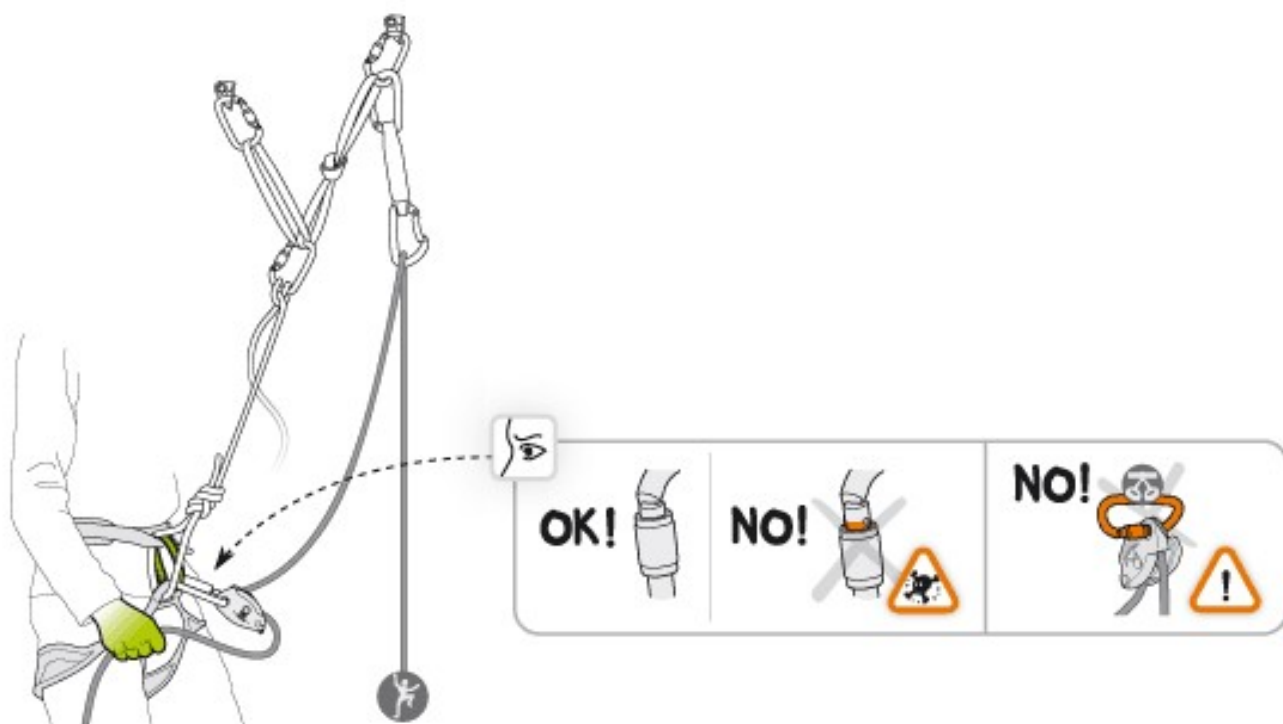


Ak si chcete uvoľniť ruky pre inú činnosť počas zlaňovania, alebo kvôli prípadnej záchrane, GRIGRI zaistite. Brzdňú časť lana môžete pustiť, iba ak máte správne zaistené GRIGRI kravským uzlom.



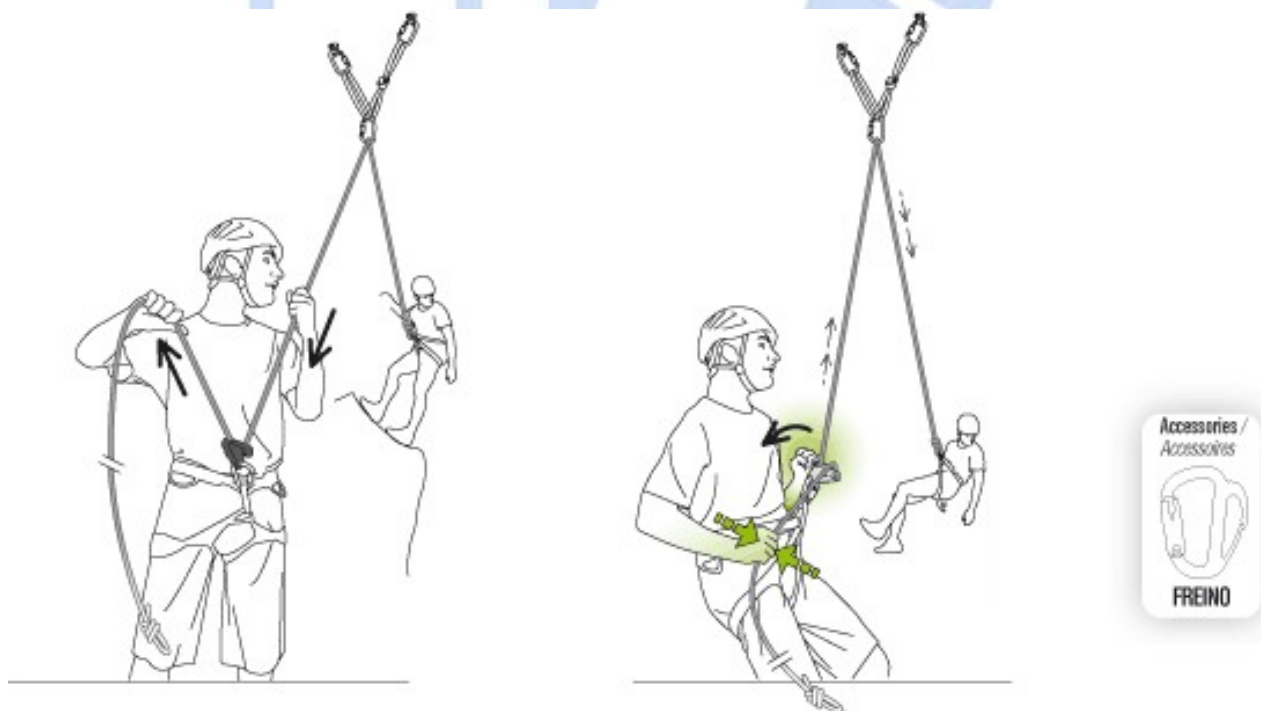
TRADE

- Spúšťanie s GRIGRI z úväzku a s použitím presmerovania 



Istič doberie voľné lano. Lezec visiaci na lane je pripravený na spúšťanie.

Istič ovláda jednou rukou páčku a drží brzdnú časť lana v druhej ruke. Nikdy nepúšťa brzdnú časť lana.



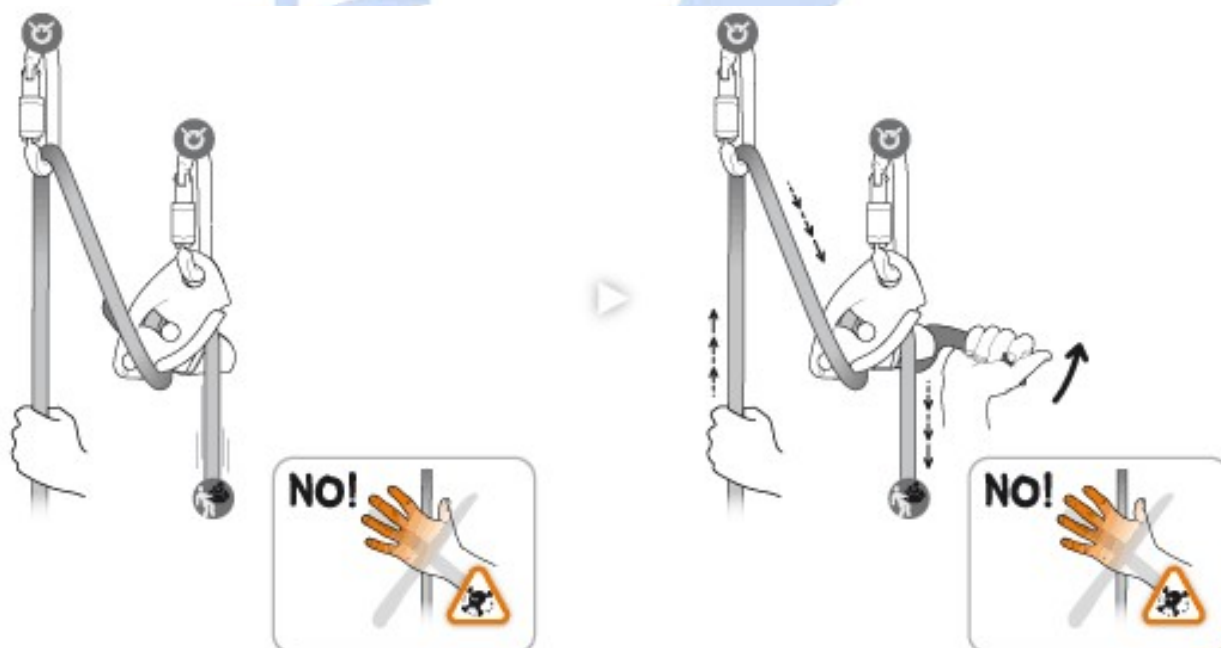
Spúšťanie priamo z kotviaceho bodu

Ak potrebujete spustiť osobu z kotviaceho bodu: lano založte do GRIGRI a skontrolujte správny smer založenia lana. GRIGRI pripojte do kotviaceho bodu karabínou s poistkou zámku. Karabínu zaistite.

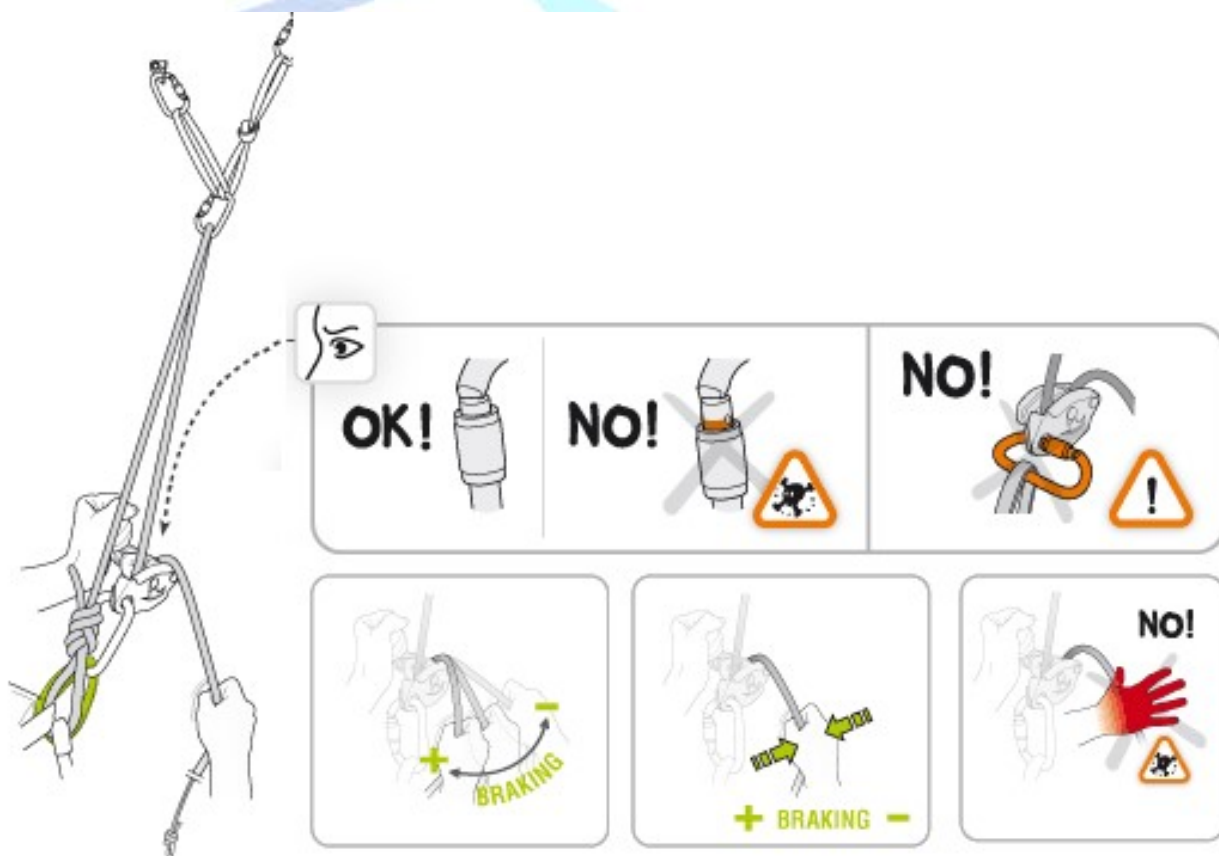
Pripojte prídavnú brzdiacu karabínu. Ta musí byť umiestnená vyššie ako je karabína spájajúca GRIGRI s kotviacim bodom.



Istič doberie voľné lano a drží brzdnú časť lana rukou. Lezec prenesie váhu do lana a uvoľní si odsedávačku. Istič ovláda jednou rukou páčku a drží brzdnú časť lana v druhej ruke. Opäť platí pravidlo, že nepúšťa brzdnú časť lana. Je to v tomto článku zdôraznené viac krát ale je to najčastejšia chyba a preto chcem, aby každý, kto bude čítať tento článok, to dostal do podvedomia a osvojil si túto činnosť!



Samospúšťanie, zlaňovanie



Vystupovanie s GRIGRI

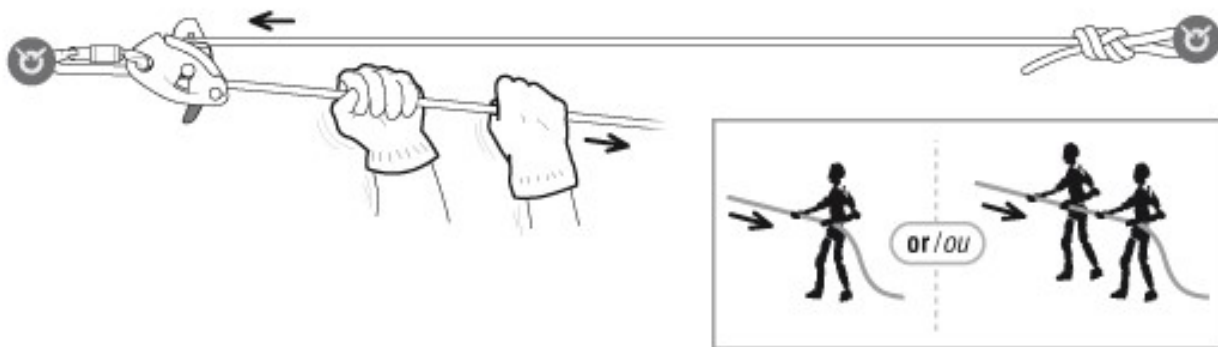
- Občasný krátky výstup po lane 



GRIGRI je možné použiť na krátky výstup po lane. Používa sa pri lezení Big Wall počas čistení ciest (vhodné využitie napríklad na platniach a pod...).

Napínanie prelanenia, Tyrolean

Jeden koniec lana pripojte do kotviaceho bodu. Opačný koniec lana založte do GRIGRI, skontrolujte správny smer blokácie. GRIGRI pripojte do druhého kotviaceho bodu s karabínou s poistkou zámku. Karabinu zaistite. Urobte skúšku funkčnosti. Lano napínajte doberaním voľného konca lana. Tyrolean **smie byť napínaný iba rukou s pomocou jednej alebo dvoch osôb bez použitia kladkostroja**. Čím je traverz kratší, tým sa lano ťažšie napína.



UPOZORNENIE: po napnutí lana GRIGRI zaistite poistným uzlom. V prípade, že ste traverz napínali sami a napriek upozorneniu ste použili kladkostroj a nemáte odhad pre napnutie a bojíte sa že pri zaťažení by mohol nastať veľký tlak na kotviace body a GRIGRI, uviažte poistný uzol aspoň jeden meter od GRIGRI. Tým zabezpečíte, že ak pri veľkom tlaku začne GRIGRI preklzovať, uvoľníte dostatočný kus lana na jeho úplné uvoľnenie.

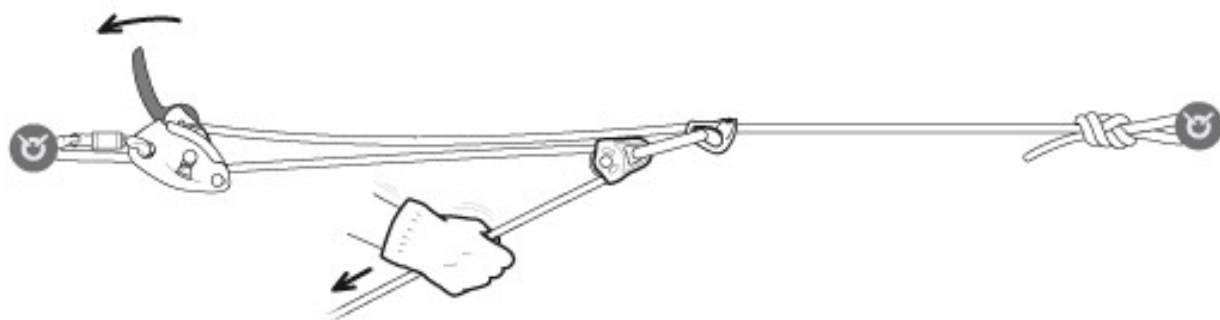


UPOZORNENIE: „Prelanenie“ vytvára veľké zaťaženie v kotviacich bodoch. Uistite sa, že kotviace body sú dostatočne pevné. Pády do traverzu sú zakázané. **V prípade predpokladaného pádu je nevyhnutné istenie samostatným istiacim systémom.**

Pozor! Preťaženie traverzu môže úplne zablokovať GRIGRI na lane a bude ťažké ho uvoľniť, alebo páčku pri uvoľňovaní prelanenia zlomíte.

TRADE

Rada pre uvoľnenie: použite kladku s blokantom alebo blokant (prúsik...) podľa nákresu.



Čerpanie: obrázky boli stiahnuté z verejne nedostupného FTP servera výrobcu Petzl, alebo boli dokresľované grafikom na základe požiadavky v súlade s metodikou odporúčanou MBK SHS JAMES.

Uvedená metodika je špeciálne vyvinutá pre Petzl, zhodná s metodikou UIAA a upravená podľa odporúčaní MBK a osobných dlhoročných skúseností pisateľa seminárnej práce s týmto materiálnym vybavením.

Viac info na www.petzl.com