

Sorel.

ООО "СОРЕЛЬ"

127106, г.Москва, Нововладыкинский проезд,

д.8, стр.5, оф.320, 3 этаж

тел. +7(495) 6461777, +7(495)514-73-38 заказ скалодромов,

+7 (926) 226-88-88 заказ зацепов

zakaz@skalodromy.ru

<http://skalodromy.ru>

ИНСТРУКЦИЯ

ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ НА СКАЛОДРОМЕ

2023

1 Общие положения

1.1 Скалолазание требует высокой осторожности и ответственности. Объем личной ответственности определяется правилами техники безопасности, которые должен соблюдать каждый обучающийся.

1.2 Настоящая инструкция по технике безопасности при занятиях на скалодроме разработана с целью обеспечения безопасных и комфортных условий занятий. Следование данной инструкции сведет к минимуму риск получения травм.

1.3 Соблюдение техники безопасности на скалодроме является обязательным для всех обучающихся.

1.4 Находиться на скалодроме разрешается только в присутствии на территории скалодрома педагога.

1.5 Обучающиеся обязаны неукоснительно выполнять требования по соблюдению техники безопасности во время занятий скалолазания.

1.6 В случае возникновения каких-либо вопросов, неуверенности, сомнений в правильности совершаемых действий, обучающийся обязан обратиться за разъяснением к педагогу и продолжить занятия на скалодроме исключительно после наступления полной ясности в вопросах, которые вызывали сомнения.

1.7 К занятиям на скалодроме допускаются лица, не имеющие противопоказаний к занятиям скалолазанием, ознакомившиеся с техникой.

1.8 Лазать на скалодроме возможно только при обеспечении страховки: гимнастической при лазании и наличия специальных матов при лазании боулдеринга, верхней (исключительно на плоскостях, оборудованных соответствующими точками страховки), нижней (на плоскостях, оборудованных промежуточными точками страховки).

1.9 Проведение занятий на скалодроме разрешается только с использованием специального снаряжения (страховочные устройства, обвязки, веревки, карабины, оттяжки), отвечающего необходимым требованиям безопасности (ГОСТ, UIAA, CE) и используемом в соответствии с рекомендациями фирм-производителей. Надежность снаряжения подтверждается соответствующими сертификатами.

1.10 При обнаружении каких-либо неисправностей на скалодроме (поворачивающиеся зацепы, сомнительно закрепленные крючья и т.п.) следует немедленно сообщить об этом педагогу.

1.11 Каждый должен быть максимально внимательным к другим занимающимся, и не предпринимать никаких действий, которые могут привести к угрозе собственной безопасности или безопасности другого. Каждый должен учитывать опасность, которую представляют для него лазающие люди и падающие сверху предметы и предпринимать все необходимые меры предосторожности самостоятельно, под свою ответственность.

1.12 О каждом несчастном случае, необходимо сообщить педагогу.

2 Правила техники безопасности при нахождении на скалодроме

2.1 Запрещается сидеть на матах под лазательными стенами, тем самым мешая другим обучающимся заниматься и создавать дополнительно угрозу причинения вреда своему здоровью и здоровью окружающих.

2.2 Запрещается братья руками и наступать на страховочные проушины.

2.3 Запрещается лазать с кольцами на пальцах рук и другими украшениями, которые могли бы зацепиться за элементы скалодрома, снаряжение, создать предпосылки к несчастному случаю, нанести травму.

2.4 Запрещается лазать и осуществлять страховку с длинными распущенными волосами.

2.5 Запрещается лазать со снаряжением и иными вещами, которые при подъеме на стену могут упасть вниз.

2.6 Запрещается разговаривать по телефону или иным образом отвлекаться при лазании или во время страховки напарника.

2.7 Запрещается оставлять посторонние предметы на поверхности страховочного мата.

2.8 Запрещается принимать пищу, жевать жевательную резинку во время лазания, пить сладкую и газированную воду в зоне лазания.

2.9 Запрещается засовывать пальцы в отверстия для установки зацепов.

2.10 В зонах сильного нависания запрещается лазание с верхней страховкой.

2.11 Запрещается подниматься без страховки на высоту выше рекомендованной на данном скалодроме.

2.12 Запрещается находиться под человеком, лезущим с верхней или нижней страховкой, находиться друг под другом во время лазания.

2.13 Запрещается самостоятельно пользоваться страховочным устройством и страховать человека: допускается страховка под контролем инструктора, педагога.

2.14 Запрещено находиться и лазать на секторах, обозначенных знаком «закрито».

2.15 Запрещается залезать на непредусмотренной для лазания поверхности скалодрома, конструкции.

2.16 Запрещается самостоятельно прикручивать, откручивать или менять положение зацепов или рельефов на стенах.

2.17 Запрещается осуществлять страховку, если масса тела страхуемого значительно превышает массу тела страхующего (более чем в 1,5 раза).

2.18 Запрещается лазать на скалодроме без сменной обуви либо босиком.

2.19 Запрещается нахождение в скальных туфлях вне зоны лазания скалодрома.

2.20 Запрещается лазание с гимнастической страховкой на любой высоте в отсутствии матов.

3 Правила техники безопасности при лазании с «верхней» страховкой

3.1 «Верхняя» страховка и лазание с «верхней» страховкой должны осуществляться исключительно при владении соответствующими навыками, после прохождения обучения и отработки полученных знаний под присмотром педагога.

3.2 Перед началом лазания страхующий и страхуемый должны проверить друг у друга правильность надетого снаряжения, узел, организацию страховки.

3.3 Во избежание эффекта маятника, запрещается во время движения по стене значительно отклоняться от линии трассы.

3.4 Запрещается использование на маршруте веревки, не предусмотренной для прохождения данного маршрута.

3.5 Страховочная веревка должна быть прикреплена к обучающему узлом «восьмерка» с контрольным узлом, либо прищелкнута двумя муфтованными карабинами, защелки которых направлены в разные стороны, а муфты закрыты.

Применение других узлов («булинь» и др.) – запрещено.

3.6 При осуществлении «верхней страховки» веревка должна проходить через две независимые точки с муфтованными карабинами, расположенные не далее двух метров друг от друга или через специальное устройство станции верхней страховки.

3.7 Недопустимо вщелкивание «карабин в карабин».

3.8 При ввязывании веревки или вщелкивании карабинов в страховочную систему необходимо руководствоваться рекомендациями фирмы производителя страховочных систем.

3.9 Недопустимо вщелкивание карабина в контрольный узел на страховочной веревке.

3.10 Запрещается спускать партнера на веревке с большой скоростью.

3.11 Страховщик обязан следить за тем, чтобы его партнер не был спущен на находящихся внизу людей.

3.12 Запрещается вщелкивать две веревки в одну промежуточную оттяжку или в верхний стационарный карабин.

3.13 Запрещается во время страховки совершать какие-либо действия, не связанные с осуществляемой страховкой, и отвлекаться на постороннее общение.

3.14 В зонах нависания запрещается лазание с верхней страховкой. Однако в зонах нависания разрешено лазание с выщелкиванием, если веревка проходит через все промежуточные точки страховки и точку разворота, и лезущий закреплен к тому концу веревки, который проходит через промежуточные точки страховки.

3.15 При лазании с выщелкиванием необходимо следить за тем, чтобы на сильном нависании (в случае маятника) скалолаз не нанес при срыве травм себе и окружающим его людям.

3.16 При лазании с выщелкиванием веревка должна быть вщелкнута во все точки страховки на маршруте, в том числе в два карабина пункта разворота.

3.17 При лазании с выщелкиванием скалолаз обязан оставлять для спуска минимум две независимые точки страховки.

3.18 При лазании с выщелкиванием скалолаз обязан ввязываться и лезть привязанным к тому концу веревки, который проходит через все точки страховки, в том числе и через пункт разворота.

3.19 Запрещается во время «верхней» страховки отходить далеко от стены. В случае если один страховщик не успевает выбрать веревку, это должны делать двое.

4 Правила техники безопасности при лазании с «нижней» страховкой

4.1 «Нижняя» страховка и лазание с «нижней» страховкой должны осуществляться исключительно при владении соответствующими навыками, после прохождения обучения и отработки полученных знаний.

4.2 Каждый лазающий несет личную ответственность за выбранную им технику и тактику страховки и несет ответственность за свои действия в случае несчастного случая.

4.3 Пользователь обязан привязываться к страховочной веревке узлом «восьмерка» с контрольным узлом. Применение других узлов («булинь» и др.) – запрещено.

4.4 Запрещено занимать страховочную дорожку, которая уже занята.

4.5 Запрещено лезть по той страховочной дорожке, в страховочную оттяжку которой уже вщелкнута веревка.

4.6 Запрещено вщелкивать веревку в карабин оттяжки, если там уже вщелкнута веревка, особенно если это карабины сдвоенной верхней точки (разворот).

4.7 Лазание с нижней страховкой разрешено только при условии, что страховочная веревка ввязана в страховочную систему согласно рекомендациям фирмы производителя данной системы или указаниям инструктора.

4.8 Запрещается укорачивать оттяжки завязыванием узла, а также удлинять их, связывая стропы или соединяя карабинами.

4.9 Веревка должна быть вщелкнута в оттяжки без перекручивания последних.

4.10 Обязательно вщелкивание веревки в первую оттяжку.

4.11 Запрещено пропускать вщелкивание оттяжек.

4.12 Оттяжки должны быть вщелкнуты последовательно, в случае «полиспаста» движение по трассе должно быть прекращено до устранения полиспаста.

4.13 Во избежание опасного падения, необходимо при вщелкивании первой либо первых двух оттяжек осуществлять «гимнастическую» страховку.

4.14 Запрещается при лазании с «нижней» страховкой пересекать веревку человека, находящегося выше на соседнем маршруте.

4.15 Во время лазания страхующий и лезущий должны следить за тем, чтобы страховочная веревка не проходила поверх частей тела лезущего и не цеплялась за выступающие элементы рельефа.

4.16 Позиция страхующего под трассой должна исключать возможность падения на него зацепа (в случае поломки) или другого снаряжения, а также падения на него скалолаза в случае срыва.

4.17 Позиция страхующего должна исключать попадание лезущего при возможном срыве на участок веревки между страхующим и первой вщелкнутой оттяжкой.

4.18 Страхующий должен обеспечивать необходимую слабинку веревки при движении страхуемого и контролировать натяжение веревки при срыве таким образом, чтобы исключить жесткий удар страхуемого о поверхность скалодрома, а также падение на других посетителей.

4.19 Страхующий обязан внимательно следить за действиями лезущего и своевременно предупреждать его в случае возникновения опасной ситуации (пропуск крюка, уход от линии пунктов страховки, нахождение над или под другим спортсменом и т.п.).

4.20 Скалолаз обязан проследить за тем, чтобы используемое им снаряжение (а также посторонние предметы) не падало вниз.

4.21 Для исключения возможности падения, лезущего на пол, необходимо обеспечить минимум выдаваемой веревки до вщелкивания третьей оттяжки.

4.22 Длина используемой для лазания веревки должна соответствовать выбранному маршруту с учетом спуска.

5 Правила техники безопасности при лазании с гимнастической страховкой, а также в боулдеринговом зале

5.1 «Гимнастическая» страховка и лазание с «гимнастической» страховкой должны осуществляться исключительно при владении соответствующими навыками, после прохождения обучения и отработки полученных знаний под присмотром педагога.

5.2 Запрещено подниматься выше, чем рекомендовано на данном скалодроме.

5.3 Перед прохождением боулдеринговой трассы необходимо убедиться, что маты уложены правильно, отсутствуют щели между матами, маты скреплены соответствующими фиксаторами, на матах нет посторонних предметов.

5.4 Запрещается располагать переносимые маты, таким образом, при котором они могут стать причиной травм любого находящегося в зале.

5.5 Перед началом прохождения трассы пользователь обязан предупредить окружающих о своем намерении лезть, и убедиться, что не будет создана помеха для других посетителей, как лазающих, так и находящихся внизу.

5.6 Запрещается прыгивать на страховочный мат с топа трассы. Перед прыгиванием необходимо спуститься ниже, используя все возможные соседние зацепки.

5.7 При падении на страховочный мат, во избежание причинения себе травм необходимо группироваться (не выставлять прямые руки, не падать на локоть, осуществить амортизацию полусогнутыми напряженными ногами или кувырком).

5.8 Запрещается принимать положение тела «вниз головой».

5.9 В процессе лазания необходимо избегать опасного положения тела, избегать расклинивания любых частей тела.

5.10 Запрещено придумывать и осуществлять лазание трасс, которые представляют опасность, как для самих занимающихся, так и для других посетителей.

5.11 В боулдеринговом зале запрещено лазание в страховочной системе, особенно при пристегнутых к ней сбоку страховочном устройстве, карабине или иных приспособлениях.

5.12 Запрещено стоять и сидеть под лезущим человеком, лазать над другими лезущими людьми.

5.13 Обучающимся (кроме страхующего) запрещается находиться в зоне возможного падения на маты лазающих.

5.14 Запрещается оставлять мешок с магнезией на матах.

5.15 При прохождении трасс, расположенных близко к выступающим конструктивным элементам зала, а также к оконному или дверному проемам, необходимо обеспечивать гимнастическую страховку.

6 Правила безопасности при проведении занятий с автоматической страховкой

6.1 «Автоматическая страховка» предназначена для использования только одним человеком.

6.2 Применение «автоматической страховки» допускается пользователями с массой тела согласно инструкции по пользованию устройства.

6.3 Запрещается производить самостоятельное прищелкивание автоматической страховки обучающихся в возрасте до 10 лет.

6.4 Обучающиеся в возрасте до 18 лет обязаны осуществлять прищелкивание в присутствии инструктора или педагога.

6.5 Перед прищелкиванием к «автоматической страховке» необходимо проверить, что стропы не перепутаны с другими веревками.

6.6 При присоединении к «автоматической страховке» необходимо прочно удерживать карабин, чтобы избежать самостоятельного сматывания страховочной стропы.

6.7 После вщелкивания карабинов необходимо замуфтовать их (в случае карабинов с резьбовой муфтой) и расправить страховочную стропу.

6.8 Перед началом лазания пользователь обязан убедиться, что траектория спуска и зона приземления свободна от людей и препятствий.

6.9 Запрещается залезать на уровень или выше уровня крепления «автоматической страховки».

6.10 Пользователь обязан следить за тем, чтобы стропа не оборачивалась вокруг него. При провисании стропы прекратить лазание и немедленно сообщить педагогу.

6.11 Во избежание эффекта маятника, запрещается во время движения по стене отклоняться от линии трассы.

6.12 Запрещается при спуске раскачиваться, а спустившись вытягивать стропу до упора.

6.13 Обучающийся, не имеющий навыков пользования «автоматической страховкой», обязан осуществить первый спуск с небольшой высоты.

6.14 После тренировки пользователь обязан закрепить страховочную стропу в предназначенном для этого месте.

6.15 В начале маршрута оборудованным автоматической страховкой обязательно должны быть установлены ворота безопасности, препятствующие лазанию без щёлкивания в автоматическую страховку.

7 Правила техники безопасности после окончания занятия

7.1 Провести визуальный осмотр спортивного инвентаря, снаряжения на наличие дефектов. В случае их обнаружения сообщить педагогу.

7.2 Убрать спортивный инвентарь, снаряжение в отведенное для хранения место.

7.3 Обо всех обнаруженных неисправностях сообщить педагогу.

8 Правила поведения при травмоопасных случаях

8.1 Обратиться к дежурному администратору, педагогу или любому другому сотруднику с описанием ситуации.

8.2 Администратор, педагог в случае необходимости вызовет машину скорой помощи и оказывает первую доврачебную помощь.