



Apstiprinu  
LAS presidents N.Reinbergs  
25.05.2007

## **Правила техники безопасности при занятиях на скалолазной стенке (СС)**

### **Возможный риск:**

1. Скалолазы, которые занимаются на скалолазной стенке, должны осознавать, что это потенциально опасный вид спорта, и каждый должен полностью осознавать свой спортивный риск. (Скалолазание - относительно безопасный вид спорта, если соблюдать правила техники безопасности).
2. Скалолаз, который использует скалолазную стенку, должен осознавать, что ответственные за СС лица не в состоянии проконтролировать действия каждого спортсмена, и не несут ответственность за несоответствующий его силам и знаниям риск. Каждый спортсмен сам несет полную ответственность за свои поступки. При лазании очень важно: быть в трезвом уме и действовать с повышенным вниманием.
3. Лица до 18 лет должны заниматься на СС под руководством опытного и компетентного взрослого, который подписывается в Журнале по технике безопасности и берёт на себя полную ответственность за этого человека.

### **Используемый инвентарь:**

4. Для лазания и страховки на СС должно использоваться только сертифицированное снаряжение (UIAA, CE).
5. Скалолазу необходимо регулярно следить за состоянием своего используемого снаряжения и при необходимости своевременно его заменять.
6. Ответственное за СС лицо не несёт ответственности за неправильное использование скалолазом своего личного снаряжения, или его поломку.
7. Об испорченном инвентаре или несоответствующем состоянии скалолазной стенки следует незамедлительно сообщать ответственному за СС лицу.

### **Страховка:**

8. Страховка производится на расстоянии в 2-3 метрах от стенки с использованием страховочного устройства (страховка руками строго запрещается).
9. Необходимо следить за действиями других скалолазов, за страховочной верёвкой и поступать по ситуации с целью обеспечения максимальной безопасности для всех участников, занимающихся на СС.
10. Во время лазания запрещается использовать шлямбурные крючья руками.
11. Во время лазания рекомендуется снять с рук все кольца и другие украшения, а также ограничить попадание длинных волос в страховочные точки.
12. Лица, не участвующие в лазании, не должны мешать страхующему и без надобности находиться около стенки.
13. Инвентарь и личные вещи, которые не используются при лазании, должны храниться за пределами стенки, вне зоны страховки, на безопасном расстоянии.
14. Занимаясь на СС, следует соблюдать правила внутреннего распорядка спортивного зала.
15. Запрещаются какие-либо действия, которые могут угрожать здоровью и жизни других участников.

### **Виды скалолазания:**

#### **16. Болдеринг:**

- Болдеринг - это лазание до 3-4 м без страховки. Применяется для разогрева, обучения и соревнований.
  - Разрешено подниматься не выше 3-4 м от земли (руками), за исключением случаев, когда обеспечена специальная безопасная зона падения.
  - В процессе лазания необходимо обеспечить непрерывное наблюдение за участником (гимнастическую страховку)
  - Под стенкой для болдеринга должно быть соответствующее покрытие, которое уменьшает риск появления травм при падении. Оно должно быть равномерное и без щелей.
  - “spotting” - рекомендуемый вид страховки в процессе болдеринга.
  - запрещается заниматься болдерингом, если сверху находится участник лезущий по стенке, и создаётся потенциальная опасность при срыве верхнего участника упасть на нижнего.
17. Прежде чем начать подниматься с использованием верхней страховки, необходимо убедиться, что страховочные карабины замуфтованы, что щелкивание карабина произведено правильно, и что партнер готов начать страховку.
18. Лазание с нижней страховкой разрешается только на специально оборудованных для этого стенках. При лазании с нижней страховкой запрещается: пропускать промежуточные точки страховки; выходить всем телом выше страховочной точки (для вертикальных маршрутов) ; продолжать движение, если нет возможности не меняя рук дотянуться до уже пройденной точки (при горизонтальных маршрутах).
19. При лазании с нижней страховкой необходимо ввязываться в систему с использованием соответствующих узлов, использование карабинов для крепления к верёвке запрещается.

### **Несчастные случаи:**

20. При любом несчастном случае об этом сразу же необходимо сообщить лицу, ответственному за СС.
21. Аптечка первой помощи должна быть доступна у лица, ответственного за СС.
22. Все несчастные случаи должны быть зафиксированы документально лицом, ответственным за СС.
23. Лицо ответственное за СС вправе запретить скалолазу использование стенки или потребовать прекратить ее использование в любое время, если не соблюдаются данные правила.

### **Ограничения:**

24. Индивидуальное ограничение к лазанию по СС можно применить к лицам, которые находятся под воздействием алкоголя или наркотических веществ, а также к тем, кто не может или не хочет выполнять данные правила.

### **Другие вопросы:**

25. Скалолазы, которые желают заниматься на СС самостоятельно, должны понимать (уметь объяснить указанные в правилах требования) и соблюдать «Правила техники безопасности при занятиях на скалолазной стенке». Своё согласие с данными Правилами необходимо подтвердить подписью в Журнале по технике безопасности.