**Obowiązujące zasady wspinania na ścianie wspinaczkowej w Kościanie**

**Obowiązujące zasady na ścianie wspinaczkowej.**

1. Na ścianie można wspinać się:
* „na wędkę” – wszędzie tam gdzie wiszą liny statystyczne do asekuracji,
* z asekuracją dolną – tam gdzie są plakietki lub w miejscach gdzie powieszono komplet ekspresów.
1. Definicja wspinaczki „na wędkę”

Wspinaczka „na wędkę” to wspinanie z górną asekuracją, czyli wspinanie w zespole dwuosobowym, w którym lina asekuracyjna jest przełożona przez górne stanowisko zbudowane z dwóch punktów asekuracyjnych. Lina łączy przywiązaną do niej osobę wspinającą się i przechodząc u góry przez górne stanowisko, osobę asekurującą stojąca na ziemi. Osoba asekurująca wspinacza musi używać do asekuracji przyrządu asekuracyjnego.

Definicja górnego stanowiska na ścianie wspinaczkowej

Górne stanowisko to konstrukcja, która łączy dwie plakietki przy pomocy łańcucha, tasiemek tekstylnych o odpowiedniej wytrzymałości, karabinków lub kombinacji powyższych elementów i przez którą przełożona jest lina asekuracyjna do wspinaczki na wędkę.

Definicja wspinaczki z oddolną asekuracją

Wspinanie z oddolną asekuracją, nazywane czasami wspinaniem z dolną asekuracją, to wspinanie w zespole dwuosobowym, w którym osoba wspinająca się jest przywiązana do końca liny i, w miarę wspinania się po drodze wspinaczkowej do góry, wpina linę do pośrednich punktów asekuracyjnych (którymi są ekspresy), natomiast partner stoi na ziemi i asekuruje z przyrządu asekuracyjnego, przez który przechodzi lina, do której przywiązana jest osoba wspinająca się.

1. Wspinanie jest dozwolone w uprzęży biodrowej lub pełnej (dzieci o wzroście poniżej 140 cm i wadze nie przekraczającej 40 kg mogą się wspinać tylko w pełnej uprzęży) Rozmiar uprzęży musi być dobrze dobrany, uprząż musi być prawidłowo pozapinana.
2. Wszyscy użytkownicy ściany powinni stosować w praktyce standardy wspinania i asekuracji obowiązujące w obiekcie, w szczególności pamiętać że:
* linę można mocować tylko za pomocą węzła „8” bezpośrednio przywiązanego do uprzęży,
* na drugim końcu liny obowiązkowo musi się znajdować węzeł zabezpieczający,
* na ścianie wspinaczkowej obowiązuje zakaz asekuracji przy użyciu przyrządu typu ”ósemka zjazdowa” oraz za pomocą węzła półwyblinki.
1. Asekurację prowadzimy za pomocą przyrządów asekuracyjnych:
* Wspinaczka z dolną asekuracją, wyłącznie: płytka Stichta, reverso, odmiany kubków itp.
* Wspinaczka z górna asekuracją, wyłącznie: płytka Stichta, odmiany kubków, gri-gri.
1. Na terenie obiektu dozwolone jest używanie tylko magnezji w kulce lub w płynie. Zabronione jest używanie magnezji sypkiej.
2. Zabronione jest asekurowanie z elementów konstrukcyjnych ściany.
3. Zabronione jest wspinanie się po elementach konstrukcyjnych ściany.
4. Do wspinania z dolną asekuracją używamy wyłącznie lin dynamicznych z odpowiednimi atestami – oraz normą EN 892:2004.
5. Asekurować szczególnie z dolną asekuracją, mogą tylko i wyłącznie osoby odpowiednio przeszkolone lub potwierdzające dokument uprawniający do wspinania (np. kurs wspinaczki halowej, kurs wspinaczki po drogach ubezpieczonych, kurs skałkowy, tatrzański lub legitymacja instruktora wspinaczki). Ocena należy do pełniącego dozór personelu.
6. Zabronione jest wszelkie postępowanie zagrażające bezpieczeństwu własnemu lub innych użytkowników ściany, w szczególności:
* Wspinaczka bez asekuracji powyżej 3 metrów (ręce),
* Przeszkadzanie w asekuracji i/lub wspinaniu,
* Asekurowanie z „wędki” i dołem na siedząco,
* Osoba asekurująca nie powinna oddalać się od ściany na więcej niż 3 metry.
1. Wspinając się na ścianie, nie wolno stawać na elementach asekuracyjnych (ekspresach, plakietkach, stanowiskach asekuracyjnych), ani chwytać się ich, grozi to skaleczeniem.
2. Wspinacze są zobowiązani do używania wyłącznie sprzętu sprawnego technicznie, posiadającego atest UIAA, CE, DIN.
3. Zabronione jest wspinanie dwóch wspinaczy na jednej drodze, jak również krzyżowanie lin asekuracyjnych.
4. Przed rozpoczęciem wspinania każdy wspinający powinien sprawdzić czy: lina asekuracyjna została prawidłowo zawiązana, karabinek zakręcony.

**Obowiązujące zasady na bulderowni.**

1. W sytuacjach niebezpiecznych spotuj wspinającego.

Spotowanie (ang. spotting) – czynności mające na celu ochronę przed nieszczęśliwym upadkiem wspinającego się partnera za pomocą rąk.

1. Asekuracje w bulderowi zapewniają tylko materace gąbkowe.
2. W bulderowi można się wspinać tylko, gdy materace ułożone są prawidłowo oraz nie leżą na nich żadne przedmioty.
3. Nie wolno wspinać się, gdy poniżej znajduje się druga osoba.
4. Nie wolno przechodzić, przebywać pod osobą wspinającą się.
5. W bulderowi nie wolno wspinać się z woreczkami na magnezję. Woreczek powinien być podwieszony na chwycie lub na wejściu do bulderowi.
6. Korzystając z drążków do podciągania oraz drabinek gimnastycznych, należy podsunąć materac zabezpieczający pod używane urządzenie tak, aby ewentualny upadek i uderzenie o podłogę zostało maksymalnie zamortyzowane. Układając materac, należy przede wszystkim zabezpieczyć się przed skutkami ewentualnego uderzenia głową o podłogę.
7. Osoba korzystająca z ciężarków w czasie ćwiczeń na drążkach lub drabince gimnastycznej robi to na własna odpowiedzialność.

Przy podciąganiu się lub wiszeniu na drążku z podwieszonym ciężarem należy zwrócić szczególną uwagę, by był on dobrze przymocowany do uprzęży, a uprząż prawidłowo założona i zabezpieczona.