

## **ПРЫЖКИ НА ВЕРЕВКЕ С ВЫСОТНЫХ ОБЪЕКТОВ (ROPE-JUMPING)**

**ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ**

**Для участников мероприятий**

**АР Крым, Бахчисарай**

**2013**

Рекомендовано ОО «Международная федерация роуп-джампинга» в качестве Правил безопасности для участников мероприятий по прыжкам на веревке (rope-jumping).

## Содержание

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	4
<b>1. ТЕРМИНЫ, ОПРЕДЕЛЕНИЯ И СОКРАЩЕНИЯ</b> .....	5
<b>2. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ</b> .....	7
<b>3. ТРЕБОВАНИЯ К СОСТОЯНИЮ ЗДОРОВЬЯ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПРЫЖКОВ</b> .....	8
<b>4. ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ГОРНО-ЛЕСНОЙ ЗОНЕ, НА ТЕРРИТОРИИ ОБЪЕКТОВ КУЛЬТУРНОГО НАСЛЕДИЯ</b> .....	9
<b>5. СНАРЯЖЕНИЕ</b> .....	11
<b>6. ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПЕРЕДВИЖЕНИЯ ПО ПЕРИЛЬНОЙ НАВЕСКЕ</b> .....	14
<b>7. ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ТРАНСПОРТИРОВКИ СНАРЯЖЕНИЯ</b> .....	17
<b>8. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ДО НАЧАЛА ПРЫЖКОВ</b> .....	18
<b>9. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРЫЖКОВ</b> .....	19
<b>10. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ</b> .....	22
Приложение 1. Требования и правила вязки узлов.....	23
Список литературы .....	24

## ВВЕДЕНИЕ

Прыжки с веревкой с высотных объектов являются потенциально опасным видом экстремальной активности. Залогом вашей безопасности является неукоснительное выполнение этих правил, внимательное отношение к окружающей вас обстановке и людям.

Найдите, пожалуйста, время для внимательного изучения этих материалов по безопасности. Если у Вас возникнут какие либо сомнения и трудности в понимании изложенного ниже материала, свяжитесь с представителями «Международной федерации роуп-джампинга».

Предоставленная в Правилах информация не может заменить опыта практического использования снаряжения для выполнения прыжков, а также, что является ключевым фактором – использования снаряжения по прямому назначению: альпинистские восхождения, спелеологические экспедиции, скалолазание, промышленный альпинизм. В связи с этим именно на Вас ложится ответственность по получению навыков по организации безопасных прыжков. Кроме того, мы не можем гарантировать, что информация, изложенная в Правилах, является исчерпывающей и понятной каждому. «Международная федерация роуп-джампинга» оставляет за собой право корректировать предоставленную информацию.

### **ВНИМАНИЕ!**

Мы категорически не рекомендуем заниматься прыжками с мостов, скал и других высотных объектов на веревках без соответствующей специальной подготовки или без руководства опытного инструктора!

## 1. ТЕРМИНЫ, ОПРЕДЕЛЕНИЯ И СОКРАЩЕНИЯ<sup>1</sup>

- 1.1. **Общественная организация** – общественная организация «Бахчисарайский союз экстремальных видов спорта».
- 1.2. **Прыжки с веревкой (ropejumping)** – прыжок и дальнейшее свободное падение с высотного объекта, которое останавливается при помощи особым образом навешенной веревочной системы.
- 1.3. **Организатор** – участник мероприятия, занятый в обеспечении прыжков.
- 1.4. **Участник** – человек, выполняющий прыжки.
- 1.5. **Экзит** – подготовленная площадка или специальная конструкция с которой выполняется прыжок.
- 1.6. **Основная веревка (далее ОВ)** – статическая или динамическая веревка, предназначенная для страховки спортсмена во время прыжка или передвижения по рельефу.
- 1.7. **Страховочная веревка** - веревка, предназначенная для предотвращения падения спортсмена.
- 1.8. **Вспомогательная веревка** – веревка, предназначенная для выполнения задач, не связанных со страховкой и передвижением спортсмена по веревке.
- 1.9. **Навеска** – основная веревка, закрепленная на рельефе определенным методом с помощью технических средств, предназначенная для страховки спортсменов во время прыжка или передвижения по рельефу.
- 1.10. **Вертикальный участок навески** – часть навески, идущая преимущественно вертикально и предназначенная для подъема-спуска спортсмена.
- 1.11. **Горизонтальный участок навески (перила)** – часть навески, идущая преимущественно горизонтально и предназначенная для передвижения спортсмена по горизонтали.
- 1.12. **Двойные перила** – горизонтальный участок навески (перила), провешенные двумя ОВ, все ПТК заменены на ОТК.
- 1.13. **Сдвоенные перила** – горизонтальный участок навески (перила), продублированный второй ОВ.
- 1.14. **Индивидуальный комплект** – комплект снаряжения, необходимый для безопасного прыжка или передвижения спортсмена по перилам.
- 1.15. **Точечная опора** – средство крепления ОВ к рельефу.
- 1.16. **Точка крепления** – место крепления ОВ к рельефу с помощью точечных опор.
- 1.17. **Безопасная зона** – место, в котором спортсмен, находясь без страховки, не может упасть глубже своего местоположения.
- 1.18. **Карем** – провис веревки, образованный приходящим сверху участком навески и ПТК (ОТК), необходимый для удобства преодоления ПТК (ОТК).
- 1.19. **Перестегивание:**
  - 1) Общее. Процесс преодоления спортсменом ПТК (ОТК), узла на веревке, протектора, отклонителя и соединений элементов навески.
  - 2) Частное. Перенос линии крепления к навеске с одного элемента навески на другой.

---

<sup>1</sup> Чередниченко Ф.Л., Чанышева А.Ф., Ваш. Э. Техника SRT Правила. Москва, 2011.

- 1.20. **Технический элемент навески** – часть навески, организованная с целью безопасного и комфортного передвижения спортсмена и требующая особой технологии преодоления спортсменом. К техническим элементам навески относятся: ОТК, ПТК, вертикальный участок навески, перила, отклонитель, протектор, узлы.
- 1.21. **Средства индивидуальной защиты** – это изделия и снаряжение, необходимые для обеспечения сохранности здоровья и безопасности каждого отдельно взятого человека от влияния вредных и опасных факторов (очки, перчатки, страховочные системы и т.п.)
- 1.22. **Рекреационная территория** — районы или целые зоны, специально подготовленные для целей рекреации, обладающие благоприятным сочетанием климата и водоемов, рельефа и растительности, культурно-исторических, природных или уникальных памятников и обслуживаемые квалифицированным персоналом.
- 1.23. **Рекреационные услуги** - услуги, связанные с проведением отдыха, восстановлением сил и здоровья людей, использованием свободного времени.

1.1. **Список условных обозначений:**

- ОВ** – основная веревка  
**ЦСЗ** – центральное соединительное звено  
**СУ** - спусковое устройство  
**ИТО** – искусственная точечная опора  
**ЕТО** – естественная точечная опора  
**ПТК** – промежуточная точка крепления  
**ОТК** – основная точка крепления  
**ЛП** – локальная петля  
**ЕО** – естественная точка опоры

## 2. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ

2.1. К участию в мероприятиях допускаются все желающие:

- достигшие 18 лет,
- не имеющие медицинских противопоказаний,
- не находящиеся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения,
- внимательно причитавшие требования данной, и всех необходимых правил и инструкций, понявшие их и согласившиеся выполнять.

2.2. Все участники мероприятия должны быть застрахованы.

2.3. При проведении мероприятия возможны воздействия следующих опасных и вредных факторов:

- расположение места проведения на значительной высоте относительно поверхности земли (скального рельефа, воды) и связанное с этим возможное падение человека или падение предметов на человека;
- разрушающиеся конструкции (выносные платформы, помосты, перила, точки крепления, веревки и другое снаряжение);
- повышенное скольжение (вследствие обледенения, увлажнения, замасливания поверхностей грунта, платформ, помостов, скального рельефа и т. п.);
- обледенение веревок и снаряжения;
- движущиеся машины, механизмы или части снаряжения;
- повышенная скорость ветра;
- повышенная или пониженная температура воздуха;
- острые кромки, заусенцы и шероховатости на поверхностях снаряжения и оборудования;
- недостаточная освещенность места проведения прыжков;
- физические перегрузки.

2.4. Проведение мероприятия за пределами помещений запрещаются:

- во время грозы;
- при температуре наружного воздуха ниже нормы, установленной производителями снаряжения;
- при силе ветра 8 м/сек и более;
- при сильном снегопаде или тумане (в условиях видимости менее 50 м);
- при гололеде.

2.5. В случаях травмирования или недомогания участника необходимо прекратить проведение мероприятия, до принятия решения о дальнейших действиях, известить об этом руководителя прыжков, при необходимости обратиться в медицинское учреждение.

2.6. Место проведения мероприятия и все потенциально опасные его зоны должны быть обозначены предупредительными знаками.

2.7. За невыполнение данной инструкции виновные отстраняются от проведения мероприятия.

### 3. ТРЕБОВАНИЯ К СОСТОЯНИЮ ЗДОРОВЬЯ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПРЫЖКОВ

#### 3.1. Медицинские противопоказания для прыжков и полетов на веревке:

- 3.1.1. Опорно-двигательная система: травмы, позвоночника в прошлом, операции на позвоночнике, грыжи межпозвоночных дисков, сколиоз 3 степени, врожденные пороки развития позвоночника.
- 3.1.2. Сердечнососудистая система: врожденные и приобретенные пороки развития сердца, кардиостимулятор, нарушения ритма, артериальная гипертензия, гипертоническая болезнь 2-3 стадии, сердечная недостаточность.
- 3.1.3. Дыхательная система: бронхиальная астма смешанного генеза.
- 3.1.4. Ранний послеоперационный период: 1-ые 1,5-2 месяца после операции.
- 3.1.5. Миопия сильной степени, лазерная коррекция зрения.
- 3.1.6. Повышенное внутричерепное давление, эпилепсия.
- 3.1.7. Тиреотоксикоз.
- 3.1.8. Беременность.
- 3.1.9. Опушение почек 2-3 степени.
- 3.1.10. Психиатрические заболевания в стадии обострения: шизофрения, МДС и др. хронические психические заболевания и приравненные к ним состояния.
- 3.1.11. Сильные нервные расстройства, хронические рецидивирующие заболевания периферической нервной системы и остаточные явления перенесенных заболеваний и травм крупных нервных стволов со стойким нарушением движений, чувствительности и трофики.
- 3.1.12. Хронический алкоголизм, наркомания, токсикомания.
- 3.1.13. Пребывание под влиянием алкоголя или наркотиков.
- 3.1.14. Болезненные состояния, которые могут отрицательно повлиять на внимательность, концентрацию, координацию движений.
- 3.1.15. Скрытые заболевания и их последствия, которые могли бы повлиять на способность совершить прыжок, а также которые могут привести к ухудшению здоровья или травме до, во время или после прыжка.



## 4. ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ГОРНО-ЛЕСНОЙ ЗОНЕ, НА ТЕРРИТОРИИ ОБЪЕКТОВ КУЛЬТУРНОГО НАСЛЕДИЯ

- 4.1. В горно-лесной зоне запрещается:
- 4.1.1.любой сбор дикорастущих трав, лекарственных растений, цветов, ягод, орехов, грибов, сока деревьев, их семян, а также сбор яиц и пуха любых видов животного мира;
  - 4.1.2.повреждение геологических отложений, сбор образцов горных пород и минералов, остатков ископаемой флоры и фауны;
  - 4.1.3.все виды искусственных шумовых влияний (громкая музыка, крики, подача автомобильных сигналов и т. п.)
  - 4.1.4.другие виды пользования природными ресурсами заповедных территорий, не предусмотренные Положениями об объектах природно – заповедного фонда.
- 4.2. На территории объектов культурного наследия запрещаются действия, которые могут привести к разрушению, уничтожению, повреждению или изменению внешнего вида объектов культурного наследия, а также любые земляные работы.
- 4.3. Разведение костров и пользование другими источниками открытого огня (туристскими примусами, сухим спиртом, паяльными лампами и др.) на территории государственного лесного фонда разрешается только на установленных местах для кострищ туристских стоянок и мест массового отдыха с соблюдением всех необходимых мер противопожарной безопасности.
- 4.4. После пользования костром он должен быть тщательно засыпан землей или залит водой до полного прекращения тления.
- 4.5. В пожароопасный период (с момента схода снежного покрова в лесу до наступления устойчивой дождливой осенней погоды или образования снежного покрова) при посещении леса с рекреационными целями категорически запрещается:
- 4.5.1.оставлять костер без наблюдения за ним;
  - 4.5.2.бросать в лесу горящие спички, окурки и вытряхивать из курительных трубок горячую золу;
  - 4.5.3.оставлять в лесу промасленную, либо пропитанную бензином, керосином или иными горючими веществами обтирочный материал в непредусмотренных для этого местах;
  - 4.5.4.заправлять горючим в лесу топливные баки автомобилей с двигателями внутреннего сгорания при работающих двигателях;
  - 4.5.5.курить или пользоваться открытым огнем вблизи машин, заправляемых горючим.
- 4.6. При уничтожении или повреждении леса в результате поджога или небрежного обращения с огнем в сумму причиненного ущерба лесу, взыскиваемого с виновных, включаются также все расходы по тушению пожара.
- 4.7. Государственные предприятия Республиканского комитета по лесному и охотничьему хозяйству АРК осуществляют рекреационное обслуживание туристов (экскурсантов, отдыхающих) путем предоставления платных рекреационных услуг в пределах своей компетенции. Размеры оплаты за оказываемые услуги устанавливаются государственными предприятиями Республиканского комитета по лесному и охотничьему хозяйству АРК по согласованию с местными органами власти с учетом их объема, качества, доступности и устанавливаемых льгот. Данные платежи направляются на восстановление лесов, проведение противопожарных работ, поддержание туристских трасс, стоянок и мест массового отдыха в надлежащем санитарном состоянии, содержание и развитие базы
-

рекреационного лесопользования на территориях и объектах государственного лесного фонда.

- 4.8. Ответственность за нарушение лесного законодательства несут физические и юридические лица, виновные в:
- 4.8.1. незаконной вырубке леса и повреждении деревьев, кустарников, подростка, сеянцев;
  - 4.8.2. нарушении правил пожарной безопасности в лесах;
  - 4.8.3. уничтожении или повреждении леса вследствие поджога или неосторожного обращения с огнем;
  - 4.8.4. использовании государственного лесного фонда в порядке, не предусмотренном правилами рекреационного посещения лесов;
  - 4.8.5. нарушении требований по охране видов растений и животных, занесенных в Красную книгу Украины;
  - 4.8.6. уничтожении или повреждении на заповедных территориях геологических отложений, сборе образцов горных пород и минералов, остатков ископаемой флоры и фауны;
  - 4.8.7. нарушении установленных правил охоты;
  - 4.8.8. засорении леса бытовыми и пищевыми отходами;
  - 4.8.9. уничтожении или повреждении информационных, ограничительных знаков, указателей и меток трассовой маркировки, шлагбаумов, оборудования стоянок и мест массового отдыха;
  - 4.8.10. установке (размещении) на туристских трассах, стоянках и местах массового отдыха любых постоянных информационных знаков, не предусмотренных единой географической системой паспортизации и картографирования туристских трасс, стоянок и мест массового отдыха;
  - 4.8.11. установке (размещении) на туристских трассах, стоянках и местах массового отдыха любых временных и дополнительных информационных знаков, не согласованных с постоянными лесопользователями;
  - 4.8.12. не исполнении постановлений и предписаний государственной лесной охраны;
  - 4.8.13. нарушении иных правил использования лесных ресурсов в рекреационных целях в соответствии с действующими законодательными актами.

## 5. СНАРЯЖЕНИЕ

- 5.1. **Индивидуальный комплект** – комплект снаряжения, необходимый для безопасного выполнения прыжка или для передвижения участника по рельефу.
- 5.2. **Индивидуальный комплект участника** состоит из обязательных элементов:
- обвязка нижняя (беседка) и обвязка грудная, заблокированные основной веревкой, каска; или
  - обвязка нижняя (беседка) и (или) обвязка полная, заблокированные основной веревкой или стропой сшитой в кольцо, каска.
- 5.3. Категорически запрещается использование для блокирования беседки и обвязки грудной оплетки основной веревки или двойного репшура, так как при динамической нагрузке оплетка выдерживает максимально 170 кгс. Недопустимо также использование карабина для соединения петель грудной обвязки и беседки.
- 5.4. **Расположение снаряжения на участнике:**
- 5.4.1. Обвязки надеты на спортсмена и заблокированы между собой (если их две),
- 5.4.2. Обвязки должны сидеть достаточно плотно, для того, чтобы в процессе прыжка не причинять дискомфорта и болевых ощущений.
- 5.4.3. Страховочные усы ввязаны в грузовые петли обвязки согласно рекомендациям производителя.
- 5.4.4. Пряжки ремней должны быть заблокированы от самопроизвольного протравливания ремней.
- 5.4.5. Крепление каски подогнано под индивидуальный размер, каска надета на голову, ремешок крепления плотно затянут и застегнут.
- 5.4.6. Грузовые полочки обвязок прыгающего человека должны быть свободными от снаряжения, все свободные свисающие концы строп обвязок должны быть собраны и зафиксированы.
- 5.4.7. Дополнительное снаряжение на обвязке организатора должно находиться на грузовых полочках обвязки или в рабочем положении, согласно рекомендациям производителя обвязки и самого снаряжения. Расположение снаряжения не должно мешать выполнению прыжка.
- 5.5. **Обвязка (страховочная система)** – элемент снаряжения, который участник надевает на себя, и к которому с помощью узла или карабина крепится ОВ. Страховочная система служит для распределения усилия при рывке верёвки вследствие срыва (падения) на большую площадь и предотвращения травмирования участника.
- 5.6. **Обвязка нижняя (беседка)** – состоит из соединённых между собой пояса и ножных обхватов.
- 5.7. **Обвязка грудная** – состоит из широких силовых ремней, охватывающих грудную клетку участника, и фиксирующих положение системы на плечах.
- 5.8. **Обвязка полная (комбинированная)** – состоит из пояса, ножных и плечевых обхватов.
- 5.9. **Бандажи** – состоят из силовых ремней, плотно затягивающихся на голени.
- 5.10. **Грузовые петли обвязки** – элемент страховочной системы, который предназначен производителем системы для крепления участника к ОВ. Правильные и безопасные варианты использования грузовых петель должны быть указаны в документации к страховочной системе.
- 5.11. **Страховочные усы.**
-

- 5.11.1. **Страховочный ус** – элемент индивидуального снаряжения, предназначенный для комфортного маневрирования при движении участника по страховочным перилам и предотвращающий падение участника в случае срыва.
- 5.11.2. Страховочный ус состоит из удлиняющего элемента определенной длины и карабина.
- 5.11.3. В качестве удлиняющего элемента используется:
- динамическая веревка диаметром не менее 9 мм;
  - статическая веревка диаметром не менее 9 мм;
  - стропа, сшитая в кольцо;
  - одинарная стропа, связанная в кольцо ленточным узлом.
- 5.11.4. При обнаружении дефектов (неисправностей) удлиняющего элемента необходимо немедленно прекратить его использование и сообщить об этом организаторам мероприятия.
- 5.11.5. При изготовлении страховочных усов из веревки применяется узел восьмерка.
- 5.11.6. Узлы должны быть расправлены и затянуты с усилием, равным весу участника. Остаток веревки, выходящий из узла, должен быть не менее 7 см.
- 5.11.7. Допускается использование двух страховочных усов, имеющих общую петлю крепления (узел) к грузовым петлям обвязки. Данные страховочные усы рассматриваются как две независимые линии крепления.
- 5.11.8. Страховочные усы подразделяются на:
- страховочный ус на ведущий зажим,
  - страховочный ус (два уса с общим узлом) для передвижения по страховочным перилам.
- 5.11.9. **Страховочный ус на ведущий зажим.**
- 5.11.10. Длина страховочного уса на ведущий зажим является индивидуальной для каждого участника и определяется следующим образом. Исходное положение – страховочный ус одним концом присоединён к грузовым петлям обвязки, вторым – к ведущему зажиму. Участник находится в положении вися на ведущем зажиме. Из этого положения он должен спокойно дотянуться рукой и взяться за корпус ведущего зажима.
- 5.11.11. Соединение страховочного уса на ведущий зажим с грузовыми петлями обвязки осуществляется следующим образом:
- крепление с помощью узла восьмерка, проводник,
  - крепление с помощью рапида диаметром не менее 7 мм, с затянутой ключом муфтой.
- 5.11.12. Соединение страховочного уса и ведущего зажима:
- рапидом диаметром не менее 7 мм,
  - карабином с муфтой.
- 5.11.13. **Страховочные усы для передвижения по навеске.**
- 5.11.14. Один из страховочных усов для передвижения по навеске должен соответствовать нижеприведенным стандартам.
- 5.11.15. Стандарты длин страховочных усов:  $-40 \pm 1$  см («короткий ус») или  $65 \pm 1$  см («длинный ус») с учетом всех соединительных звеньев.
- 5.11.16. Соединение страховочного уса с грузовыми петлями обвязки осуществляется следующим образом:
- ввязывание с помощью узла;
  - с помощью соединительного звена - рапид диаметром не менее 7 мм.

5.11.17. Для соединения страховочных усов со страховочными перилами используются карабины с муфтой.

## 5.12. Спускное устройство

5.12.1. **Спускное устройство** – устройство, функцией которого является спуск спортсмена по веревке, а также организация страховки при помощи альпинистской техники. Применяются фрикционные спусковые устройства, не допускающие кручения веревки при тормозящем трении, функционально аналогичные моделям Stop, Gri Gri, Reverso фирмы Petzl.

5.12.2. Требования к спусковым устройствам:

- СУ должно быть предназначено для спуска людей по веревке.
- СУ должно эксплуатироваться и храниться согласно правилам, разработанным производителем и указанным в паспорте изделия.
- СУ должно быть рассчитано на рабочую нагрузку не менее 1,5 kN.
- СУ должно выдерживать статическую нагрузку не менее 12 kN.
- При спуске на СУ не должно возникать эффекта скручивания веревки.
- Конструкция СУ должна исключать трение карабина, соединяющего СУ и грузовые петли обвязки, о веревку при спуске.

5.12.3. Карабин для соединения СУ с грузовыми петлями обвязки.

- Для соединения используются только карабины с винтовой муфтой или автоматической муфтой, рекомендованные производителем.
- Запрещается использовать автоматические карабины без поворотного механизма в муфте, соответствующие EN 362, класс К (типа Vertigo фирмы Petzl и их аналоги).

## 6. ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПЕРЕДВИЖЕНИЯ ПО ПЕРИЛЬНОЙ НАВЕСКЕ<sup>2</sup>

- 6.1. Участник обязан быть экипирован снаряжением для передвижения по перильной навеске согласно пункту «Снаряжение».
- 6.2. Участник обязан сохранять 2 линии крепления к перильной навеске.
- 6.2.1. Исключением данного правила являются места, где достаточно одной линии крепления к навеске:
- процесс спуска по веревке на СУ;
  - процесс движения по перилам, указывающим направление движения, подводящим к опасному участку, но не входящим в его зону;
  - движение по рельефу со страховкой за перила или вертикальный участок навески;
  - последовательный перенос линии крепления через элементы навески при полной их разгрузке и устойчивом положении участника на рельефе во время всего процесса перестежки.
- 6.3. Места крепления линий к веревке должны находиться выше грузовых петель обвязки при движении и зависании.
- 6.3.1. Исключениями данного правила являются:
- переход со спуска на подъем;
  - преодоление узла на веревке;
  - страховочный ус, встегнутый в карем, в случае, если участник находится в зоне ПТК.
- 6.4. Участник обязан не допускать:
- рывков при движении по навеске;
  - краткосрочных (малых) падений на встегнутые в веревку линии крепления при преодолении элементов навески и их сочетаний.
- 6.5. Линиями крепления являются:
- страховочный ус, закрепленный в: ОТК (ПТК), кареме, нижней части наклонных перил (у ОТК), горизонтальных перилах, петле узла на веревке. Страховочный ус в ОТК (ПТК) закрепляется в: проушину ИТО, соединительное звено ОТК (ПТК) или петлю узла ОВ.
  - ведущий и фиксирующий зажимы на вертикальных и наклонных участках перильной навески;
  - СУ в случаях, описанных в разделе «Основные правила спуска»;
  - ведущий зажим, подведенный под узел ОТК, в случае большого провиса перил (при условии, что нагруженная веревка направлена перпендикулярно земле);
  - вспомогательный зажим на ноге не является линией крепления к веревке.
- 6.6. Участник обязан нагрузить СУ (вес участника находится на СУ) и удостовериться в правильном его встегивании в ОВ до того, как будет отстегнута последняя линия статического крепления. Линией статического крепления является линия крепления, ограничивающая движение участника по навеске в пределах ее собственной длины.
- 6.7. При преодолении сочетаний технических элементов навески линии крепления участника к навеске должны быть разнесены (встегнуты в разные элементы навески).
- 6.8. **Основные правила подъема**
- 6.8.1. Подъём по верёвке осуществляется на 2-х основных зажимах:

<sup>2</sup> Чередниченко Ф.Л., Чанышева А.Ф., Ваш. Э. Техника SRT Правила. Москва, 2011.

- зажим Ascension фирмы Petzl или его аналоги (далее - ведущий зажим);
- зажим Croll фирмы Petzl или его аналоги (далее - фиксирующий зажим).

6.8.2. Допускается использовать вспомогательный зажим.

6.8.3. Запрещается:

- отводить предохранители зажимов;
- отстегивать основные зажимы во время подъема.

6.8.4. Существуют следующие техники подъема по веревке в зависимости от расположения педали и использования дополнительного зажима:

- Педаль закреплена на одной ноге.
- Педаль закреплена на двух ногах.
- Педаль закреплена на одной ноге и вспомогательный зажим на другой. При этом используется одношажный ход, при котором выполняется одношаговое движение при помощи одной (двух) ноги (ног).
- Педаль закреплена на одной ноге и вспомогательный зажим на другой. Спортсмен использует двушажный ход, при котором выполняются 2 шаговых движения последовательно – одной, затем второй ногой.

## 6.9. Основные правила спуска

6.9.1. Спуск по веревке осуществляется на СУ, не крутящих веревку. Таковыми являются:

- STOP фирмы Petzl и его аналоги;
- Gri Gri фирмы Petzl и его аналоги;

6.9.2. СУ является линией крепления к веревке для спуска в случае:

- СУ встегнуто в веревку для спуска и удерживается рукой участника за входящую в СУ веревку для спуска.
- СУ встегнуто в основную веревку и дополнительно заблокировано этой же веревкой (заблокировано способом, исключающим произвольное проскальзывание веревки через СУ вследствие самопроизвольной разблокировки).

6.9.3. Спортсмен обязан регулировать скорость спуска одной рукой.

6.9.4. Скорость спуска участник определяет сам. Рекомендуемая скорость спуска – не более 2 м/с.

6.9.5. Для облегчения контроля над скоростью спуска может использоваться дополнительно карабин (далее – сервисный карабин), через который простегивается веревка для спуска для увеличения трения.

6.9.6. В случае невозможности контролировать скорость спуска одной рукой спортсмен обязан использовать сервисный карабин для увеличения трения веревки.

6.9.7. Сервисный карабин встегивается в грузовую полку обвязки или в карабин, соединяющий грузовую полку обвязки и СУ.

6.9.8. Использовать для увеличения трения карабин, соединяющий грузовую полку обвязки и СУ, запрещено.

6.9.9. Для спуска на СУ участник обязан защитить руку, регулирующую скорость спуска, перчаткой.

## 6.10. Основные правила передвижения по перилам

6.10.1. При передвижении по перилам участник обязан быть прикрепленным к ним двумя страховочными усами (линиями). Исключением является передвижение по рельефу со страховкой за перила.

6.10.2. Основные способы передвижения по перилам:

- На двух страховочных усах.
- На двух страховочных усах и ведущем зажиме.
- На страховочном усе и карабине с муфтой, закрепленном на ЦСЗ.
- На страховочном усе и нескольких карабинах, соединенных последовательно и закрепленных на ЦСЗ.

6.10.3. Допускается использование дополнительно ведущего и фиксирующего зажимов, зажима на ноге, ролика. В данном случае ведущий и фиксирующий зажимы выполняют роль вспомогательных линий крепления к веревке и не являются основными линиями крепления.

6.10.4. При использовании дополнительных карабинов для крепления к перилам допускается использовать только карабины с прямой защелкой.

6.10.5. Крепление карабинов страховочных усов к двойным перилам осуществляется следующим образом: каждый карабин страховочных усов должен быть прощелкнут через обе веревки.

6.10.6. Движение по двойным перилам аналогично передвижению по одинарным перилам.

6.11. **Передвижение по рельефу со страховкой за перила и вертикальный участок навески**

6.11.1. При передвижении по рельефу для обеспечения страховки спортсмен должен быть пристегнут к перильной навеске одной линией крепления. Таковыми являются:

6.11.2. для вертикального участка навески - ведущий зажим с карабином, простегнутым через верхнее отверстие ведущего зажима и основную веревку. Зажим может грузиться частично для сохранения равновесия.

6.11.3. для горизонтальных перил - один страховочный ус, оборудованный карабином с муфтой и прямой защелкой.



## 7. ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ТРАНСПОРТИРОВКИ СНАРЯЖЕНИЯ<sup>3</sup>

- 7.1. Для транспортировки снаряжения используются транспортные мешки.
- 7.2. Транспортный мешок оборудован подвесной системой для транспортировки за плечами и грузовой петлей для транспортировки в подвешенном состоянии.
- 7.3. В процессе движения участника по перильной навеске транспортный мешок должен быть закреплен в ЦСЗ участника при помощи трансрепа и карабина.
- 7.4. Допускается использовать в качестве трансрепа вспомогательную веревку, стропу.
- 7.5. Рекомендуемый диаметр веревки трансрепа – не менее 6 мм.
- 7.6. Трансреп ввязывается в грузовую петлю транспортного мешка или соединяется с грузовой петлей транспортного мешка при помощи карабина с муфтой.
- 7.7. Использование карабинов с байонетной муфтой или без муфты запрещено.

---

<sup>3</sup> Чердниченко Ф.Л., Чанышева А.Ф., Ваш. Э. Техника SRT Правила. Москва, 2011.

## 8. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ДО НАЧАЛА ПРЫЖКОВ

- 8.1. Одежда участников мероприятия должна быть удобной и комфортной, не стеснять движения, не быть слишком свободной, не иметь свисающих концов, шнурков, хлястиков. Все завязки, шнурки должны быть завязаны и компактно уложены. Обувь должна быть достаточно легкой, удобной, с не скользкой подошвой.
- 8.2. Применяемое индивидуально снаряжение проверяется и приводятся в готовность до начала мероприятия (см. раздел СНАРЯЖЕНИЕ).

## 9. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРЫЖКОВ

- 9.1. Решение о готовности всех элементов навески, всех организаторов и участников принимает выпускающий инструктор. После опроса по рации всех организаторов на всех технологических точках (основных и вспомогательных).
- 9.2. Принимающий инструктор, после остановки раскачивания поводка помогает опуститься спортсмену на площадку для приемки и освобождает его от снаряжения.
- 9.3. Выход на экзит и прыжок выполняются только после команды выпускающего инструктора.
- 9.4. На экзите до момента прыжка человек должен быть пристрахован к страховочным перилам, которые исключают его случайное падение. Освобождает прыгающего от этой страховки выпускающий инструктор после полной готовности всех элементов веревочной схемы, присоединения поводка к спортсмену и оповещении по рации о том, что выполняется прыжок.

### 1.24. Порядок выполнения прыжка:

- Подойти как можно ближе к краю экзита, если это платформа, то необходимо, чтобы носки ног прыгающего выступали на 2-3 см от края платформы;
- Выпрыгнуть вперед и вверх по углом, приблизительно  $45^\circ$ . При этом тело прогнуть в пояснице, ноги слегка раздвинуть, носки вытянуть вниз, колени чуть-чуть согнуть. Прямые руки вытянуть вперед. После отделения нужно сохранять прогиб и смотреть выше уровня горизонта;



- После того, как человек начнет опускаться вниз на голову, нужно вынести руки вперед и согнуть в локтевых суставах так, чтобы рука от плеча до локтя составляла угол примерно  $90^\circ$  по отношению к телу, а от локтя до кисти была параллельно телу. Ноги согнуть в коленях так,

чтобы между частью ноги от бедра до колена и частью от колена до ступни образовался угол примерно 90°, и раздвинуть ноги в стороны сколько возможно. В таком положении человек падает до подхвата веревкой. В полете необходимо удерживать такое раскрытое положение тела, не махать руками и ногами, не хвататься за веревку и элементы страховочной системы.



- 9.5. Учитывая, что падение с высоты может стать причиной несчастного случая, участнику необходимо быть особенно внимательным и осторожным во время мероприятия.
- 9.6. Все организаторы и участники мероприятия должны вести себя достойно, иметь опрятный вид, чистую и удобную одежду. Одежда не должна нести никакой информации, кроме торговой марки одежды или информации о деятельности организаторов мероприятия, либо о спонсорах мероприятия.
- 9.7. При проведении мероприятия строго запрещается употребление ненормативной лексики всеми участниками мероприятия, а также употребление высказываний и выражений, которые могут нанести участникам мероприятия и посторонним лицам моральный ущерб на национальной, религиозной и социальной почве.
- 9.8. Строго запрещается создавать конфликтные ситуации, а также употребление алкоголя, наркотических или токсических веществ и других сильнодействующих препаратов на территории проведения мероприятия.
- 9.9. Со стороны организаторов запрещается какое либо давление на участников мероприятия, а также насильственное принуждение к прыжку.
- 9.10. Не допускается нахождение людей под экзитом, в зоне возможного падения камней или других предметов, во время проведения мероприятия.
- 9.11. Участники мероприятия не должны приближаться к краям обрывов, трещин и т.п. местам возможного падения не оборудованным страховочными перилами, не заходить за ограждения или в зоны, обозначенные предупреждающими знаками;
- 9.12. Во время пребывания на высокорасположенных поверхностях с уклоном более 20° или же на расстоянии меньше 2 м от края обрыва участники и организаторы должны быть пристрахованы.

- 9.13. Для крепления самостраховок должны быть оборудованы постоянно действующие перила. Места оборудования перил указываются ответственным организаторам мероприятия.
- 9.14. При увеличении скорости ветра до 8 м/с, ухудшении видимости из-за темноты или тумана, приближении грозы или проявлении гололеда проведение прыжков должно быть прекращено.

## 10. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

10.1. При возникновении аварий и ситуаций, которые могут привести к авариям и несчастным случаям, необходимо:

- Немедленно прекратить мероприятие и известить руководителя прыжков;
- Под руководством руководителя прыжков оперативно принять меры по устранению причин аварий или ситуаций, которые могут привести к авариям или несчастным случаям.

10.2. При несчастном случае:

- Немедленно организовать первую помощь пострадавшему и при необходимости доставку его в медицинское учреждение.
- Принять неотложные меры по предотвращению развития аварийной или иной чрезвычайной ситуации и воздействия травмирующих факторов на других лиц.
- Сохранить до начала расследования несчастного случая обстановку, какой она была на момент происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью других лиц и не ведет к катастрофе, аварии или возникновению иных чрезвычайных обстоятельств, а в случае невозможности ее сохранения – зафиксировать сложившуюся обстановку (составить схемы, провести другие мероприятия).

10.3. При возникновении пожара немедленно вызвать пожарную охрану, удалить людей в безопасное место и приступить к ликвидации загорания подручными средствами пожаротушения, сообщить ответственному руководителю.

## Приложение 1. Требования и правила вязки узлов<sup>4</sup>

### Требования, предъявляемые к узлам:

- 1) надежность – устойчивы под нагрузкой (не смещаются, не развязываются), имеют большую прочность на разрыв;
- 2) максимально соответствуют целям, в которых используются;
- 3) легко и быстро развязываются независимо от диаметра и состояния веревки - твердая ли она, мягкая, грязная, мокрая и т.д.;
- 4) легко узнаваемы (типовые узлы), просты в вязании.

### Правила вязки узлов

1. Узел должен быть расправлен.
2. Узел должен быть затянут (отсутствие просветов в теле узла). Из затянутого узла при приложении усилия рук вытягивается не более 3  $\emptyset$  веревки.
3. Основной узел вяжется с контрольным узлом. Исключение: узлы на основе восьмерки, срединные узлы, грейпвайн.
4. Контрольный узел вяжется не далее 5 см от основного узла.  
Остаток веревки, выходящий из узла, не должен быть менее 10  $\emptyset$  веревки. Для стопорных узлов на конце веревки – не менее 20  $\emptyset$  веревки.

---

<sup>4</sup> Чередниченко Ф.Л., Чанышева А.Ф., Ваш. Э. Техника SRT Правила. Москва, 2011

## Список литературы

1. Чередниченко Ф.Л., Чанышева А.Ф., Ваш. Э. Техника SRT Правила. Москва, 2011.
2. ООО Авиационная Компания "Авиа-Союз" Парашютный кодекс. Майское, 2004.
3. <http://www.barrier.org.ru/text/method/nekov/>
4. <http://www.petzl.com/en>
5. <http://www.kongrussia.ru/>
6. <http://www.blackdiamondequipment.ru/>
7. <http://www.singingrock.com/>
8. <http://www.mytendon.ru/>
9. <http://www.bealplanet.com/hp/index-beal-planet-us.html>
10. [http://kbrsky.com/materials/for\\_skydivers/teoriya\\_pryzhka\\_s\\_parashyutom/](http://kbrsky.com/materials/for_skydivers/teoriya_pryzhka_s_parashyutom/)