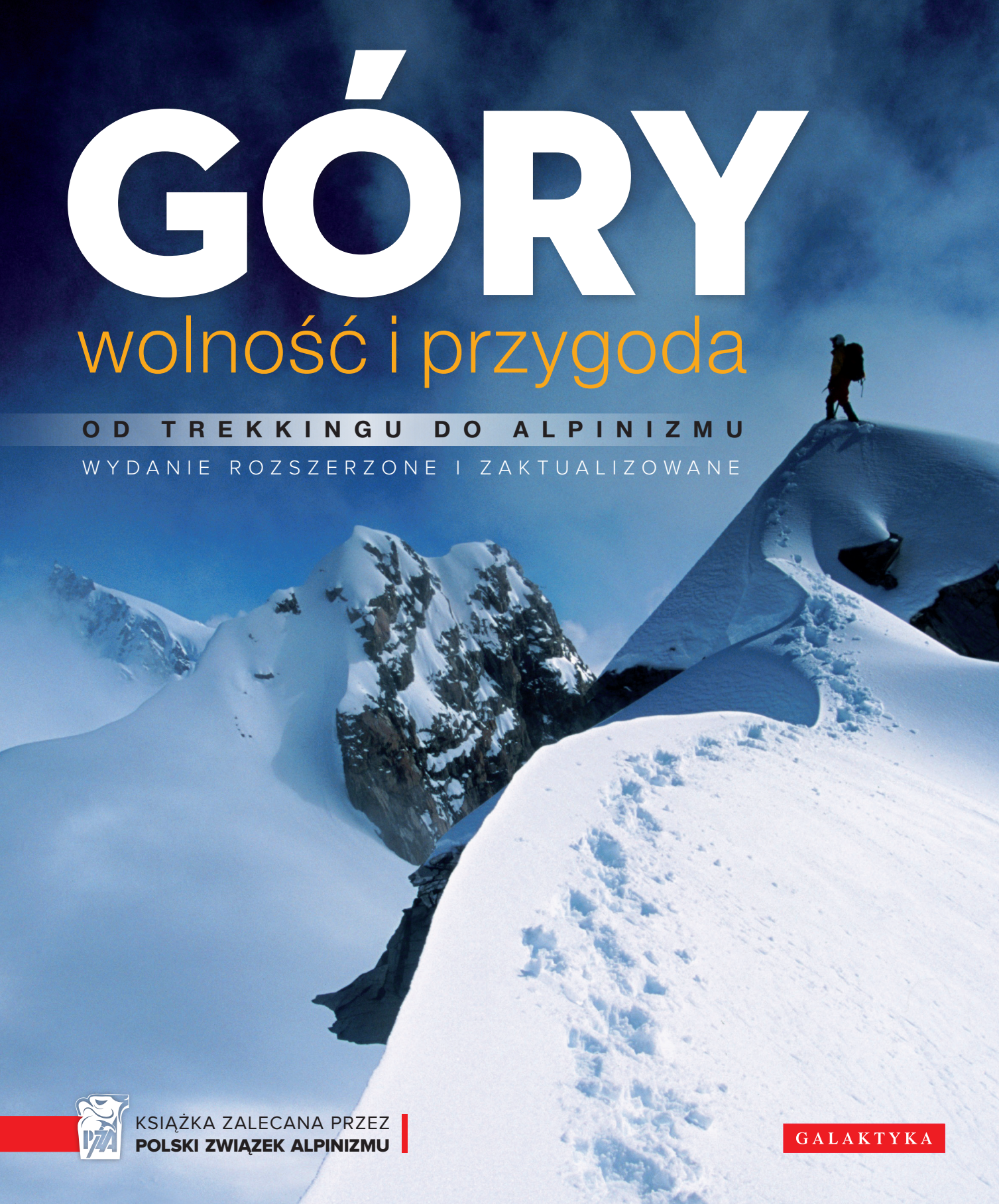
GÓRY

wolność i przygoda

OD TREKKINGU DO ALPINIZMU

WYDANIE ROZSZERZONE I ZAKTUALIZOWANE



KSIĄŻKA ZALECANA PRZEZ
POLSKI ZWIĄZEK ALPINIZMU

GALAKTYKA

Tytuł oryginału: *Mountaineering: The Freedom of the Hills*
Opublikowane po raz pierwszy przez: The Mountaineers Books
© 1960, 1967, 1974, 1982, 1992, 1997, 2003, 2010 by The Mountaineers

All rights reserved.

WYDANIE POLSKIE
© for Polish edition: Galaktyka Spółka z o.o., Łódź 2014
90-562 Łódź, ul. Łąkowa 3/5
tel. +42 639 50 18, 639 50 19, tel./fax +42 639 50 17
e-mail: info@galaktyka.com.pl; sekretariat@galaktyka.com.pl
www.galaktyka.com.pl

ISBN: 978-83-7579-331-4

Wydanie III, rozszerzone i zaktualizowane
(na podstawie wydania VIII oryginalnego)

Przekład: Tomasz Kliś
Konsultacja: Bogusław Kowalski
Redaktor prowadzący: Marek Janiak
Redakcja: Agnieszka Czech
Redakcja techniczna: Marta Sobczak
Korekta: Monika Ulatowska

Projekt okładki: Jakub Kabała
DTP: Garamond

Druk i oprawa: Białostockie Zakłady Graficzne S.A.
ILUSTRACJE: Dennis Arneson; Andrea Arneson; Jim Hays; Electronic Illustrators Group; Marge Mueller, Gray-Mouse Graphics; Ani Rucki; Ramona Hammerly

FOTOGRAFIE: pierwsza strona okładki: *Wspinacz na lodowcu Fox Glacier, Park Narodowy Westland, Alpy Południowe, Nowa Zelandia*, fot. Colin Monteath/age fotostock/BE&W; czwarta strona okładki: *Wspinacze na Salbitnadel, Urner Alpen, Szwajcaria*, ©Christof Sonderegger; frontyspis: *Dwaj wspinacze na lodowcu w Parku Narodowym Bugaboo, Kolumbia Brytyjska, Kanada*, ©Kennan Harvey/Aurora Photos; strona VI: *Północna krawędź Black Canyon w Parku Narodowym Gunnison w Kolorado*, ©Kennan Harvey/Aurora Photos; strona 1: *Namioty na lodowcu Kahiltna u stóp Mount Denali, Alaska*, ©Craig Rowley; strony 122–123: *Wspinacze na zachodnim filarze Mount Denali, Alaska*, ©Craig Rowley; strony 200–201: *Simon Tappin na Fitz-In, Huntman's Leap, Pembroke, Walia*, ©Simon Carter/Onsight Photography; strony 312–313: *Abby Watkins na Half 'n' Half, Haffner Creek, Kolumbia Brytyjska, Kanada*, ©Simon Carter/Onsight Photography; strony 470–471: *Karstens Ridge, Mount Denali, Alaska*, ©Craig Rowley; strony 532–533: *Pokutujące śniegi pomiędzy Przełęczą Zachodnią a jeziorami Panch Pokhari, Nepal*, ©Craig Rowley; strona 564: *Przeprawa przez strumień poniżej przełęczy Amphu Laptsa Pass w rejonie Khumbu w Nepalu*, ©Craig Rowley

Znaki firmowe i nazwy handlowe użyte w tej książce: Alien; ATC Guide; Avalung II; Band-Aid; Block Roll; Bug; Camalot; Camalot C3; Camalot C4; Cinch; Clean Mountain Can; Cordura; Curve Hex; DeLorme Topo USA; Diamox; Dyneema; Earthmate PN; Eddy; Ensolite; EpiPen; eTrex; Fat Cam; Friend; Gamow bag; Ghost; Google Earth; Gore-Tex; Green Trails Maps; Grigri; Hexentric; Hybrid Alien; Kevlar; Leave No Trace; Link Cam; Masonite; Mini Traxion; Molefoam; Moleskin; National Geographic TOPO!; National Geographic TOPO USA; Oregon series GPS; Panoramio; Parsol 1789; Pecker; Perlon; Phillips; Pro Traxion; Pyramid; Reverso 3; Revolving Carabiner; RURP; SAM; Screamer; 2nd Skin; Spectra; Stairmaster; Steri-Strip; Stopper; Sum; Talon; Technical Friend; Teflon; TerraServer-USA; Tricam; Triton series GPS; Tuber II; Tyvek; Valley Giant cams; Velcro; Vibram; Wag Bag; Waste Case; WD-40; Web-o-lette; Z nailer

Fragment tekstu w rozdziale 4 został zaadaptowany z artykułu Courtenay Schurman i Douga Schurmana, opublikowanego w „The Outdoor Athlete" (2009). Za zgodą Human Kinetics, Champaign, IL.

Księgarnia internetowa!!!
Pełna informacja o ofercie, zapowiedziach i planach wydawniczych
Zapraszamy
www.galaktyka.com.pl
kontakt e-mail: info@galaktyka.com.pl; sekretariat@galaktyka.com.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez pisemnej zgody Wydawcy książka ta nie może być powielana ani częściowo, ani w całości. Nie może też być reprodukowana, przechowywana i przetwarzana z zastosowaniem jakichkolwiek środków elektronicznych, mechanicznych, fotokopiarskich, nagrywających i innych.

SPIS TREŚCI

PRZEDMOWA vii

CZĘŚĆ I **PODSTAWY DZIAŁANIA W TERENIE** 1

1. Pierwsze kroki 2
2. Ubranie i wyposażenie 6
3. Biwakowanie i żywność 30
4. Trening 63
5. Nawigacja 73
6. Wędrówka w terenie 100
7. Nie pozostawiaj śladów 110
8. Dostęp do gór i rejonów wspinaczkowych 119

CZĘŚĆ II **PODSTAWY WSPINACZKI** 123

9. Liny, węzły i karabinki 124
10. Asekuracja 145
11. Zjazdy na linie 179

CZĘŚĆ III **WSPINACZKA W SKALE** 201

12. Technika wspinaczki w skale 202
13. Punkty asekuracyjne w skale 231
14. Prowadzenie w skale 247
15. Wspinaczka hakowa 269

CZĘŚĆ IV **WSPINACZKA ZIMOWA I ALPEJSKA** 313

16. Wspinaczka i poruszanie się po śniegu 314
17. Poruszanie się po lodowcach i ratowanie ze szczelin 371
18. Wspinaczka w lodzie 402
19. Wspinaczka w lodospadach 438
20. Wyprawy wysokogórskie 454

CZĘŚĆ V **SYTUACJE AWARYJNE – POSTĘPOWANIE I ZAPOBIEGANIE** 471

21. Kierowanie grupą 472
22. Bezpieczeństwo 483
23. Pierwsza pomoc 494
24. Ratownictwo wysokogórskie 515

CZĘŚĆ VI **ŚRODOWISKO GÓRSKIE** 533

25. Geologia gór 534
26. Przemiany śniegu 543
27. Pogoda w górach 554

DODATKI 565

Rozdział 14

PROWADZENIE W SKALE

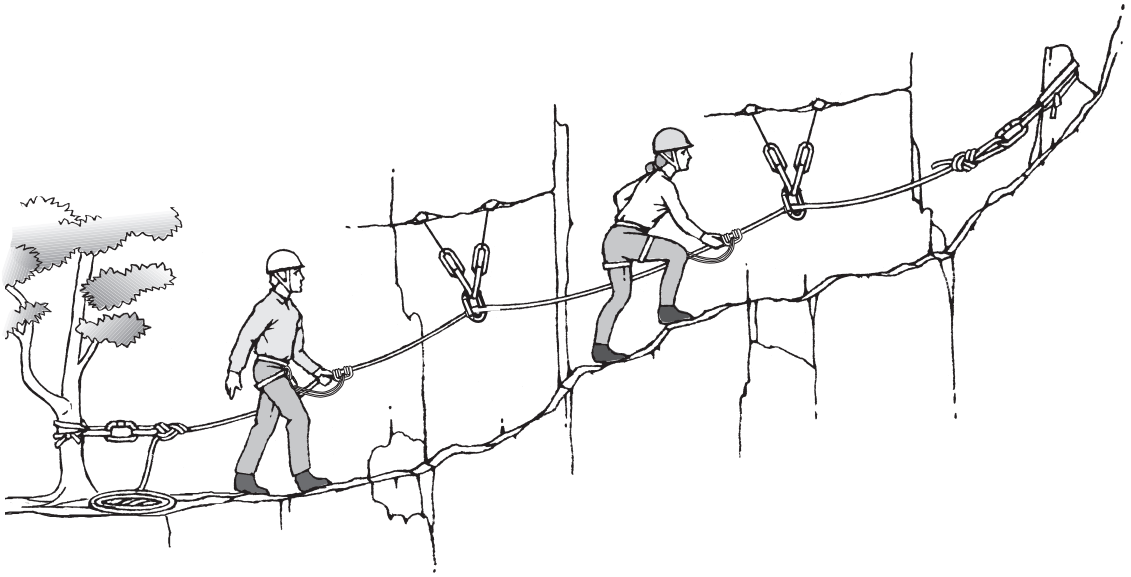
Prowadzenie w skale wymaga sporych umiejętności zarówno od prowadzącego, jak i od asekurującego go partnera. Pierwszy wyszukuje drogi, osadza punkty przelotowe i buduje kolejne stanowisko. Drugi przez cały czas uważa na prowadzącego, podaje mu linę, przewiduje, kiedy dać mu luz, a kiedy blok, i przekazuje mu niezbędne informacje (na przykład ilość pozostałej do dyspozycji liny czy szczegóły przebiegu drogi). Choć prowadzący bierze na siebie większe ryzyko, to sukces i bezpieczeństwo wspinaczki zależą od obydwu partnerów.

Wyobraź sobie dwóch wspinaczy w skalnej ścianie. Jeden z nich prowadzi wyciąg. Pnie się w górę wzdłuż rysy, ubezpieczany za pomocą liny biegnącej przez liczne przeloty, przez partnera wpiętego do stanowiska na skalnej półce poniżej.

Prowadzący szarpnięciem zaciera heksa, którego właśnie osadził w szczelinie. Chwyta linę przywiązaną do uprzęży i sięgając do góry, wpina ją do przelotu. Z dołu partner krzyczy „połowa!", informując go, że przez przyrząd asekuracyjny właśnie przesunął się środek liny. Prowadzący zmienia rękę zaklinowaną w rysie, „strzepuje bułę" i spogląda w górę, by zaplanować kilka najbliższych ruchów.

Widzi, że wąska ryska ciągnie się stromo w górę, z kilkoma szerszymi miejscami, w których powinno się dać porządnie zaklinować dłoń. Spośród sprzętu wybiera i przygotowuje frienda, który wydaje się idealnie „siąść" w obiecującym rozszerzeniu szczeliny kilka przechwytów powyżej. Powtarza jeszcze w myślach zaplanowaną sekwencję ruchów i rusza.

Prowadzenie w skale wymaga umiejętności wspinaczkowych i przygotowania psychicznego. Skąd wiadomo, kiedy jesteś gotowy do prowadzenia? Pewną pomocą mogą służyć inni, bardziej doświadczeni wspinacze, którzy ocenią twoje umiejętności. Jednakże poziom przygotowania psychicznego musisz ocenić samodzielnie. Każdy musi sam zajrzeć w głąb siebie i podjąć decyzję. Zanim poprowadzisz swój pierwszy wyciąg, przećwicz osadzanie punktów przelotowych, budowę stanowisk, posługiwanie się liną



Ryc. 14.1. Lina poręczowa zastosowana do asekuracji niezwiązanego zespołu

i asekurowanie. Pracuj nad techniką wspinaczki oraz zasadami wyboru i osadzania sprzętu asekuracyjnego w skale. Wykorzystaj każdy wyciąg, który przechodzisz na drugiego, jako okazję do nauki. Umiejętności przychodzą wraz z doświadczeniem.

PROWADZENIE W ŁATWYM TERENIE

W łatwym terenie skalnym zespół wspinaczkowy często porusza się niezwiązany liną i nie asekurując się. Każdy z partnerów wspina się statycznie, zachowując trzy punkty kontaktu ze skałą. Jeśli ryzyko zaczyna wykraczać poza poziom, przy którym członkowie zespołu czują się pewnie, prowadzący może w prosty sposób ograniczyć niebezpieczeństwo za pomocą liny. Poniżej opisano, jak można to zrobić.

LINA PORĘCZOWA

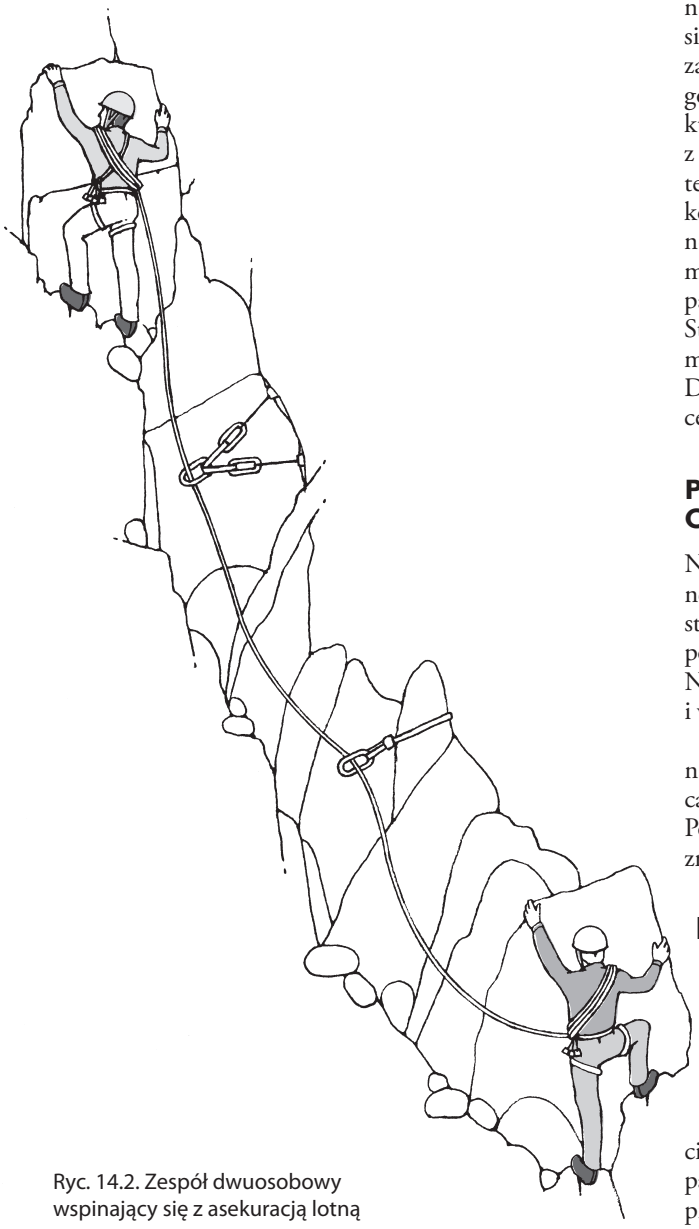
Jedną z możliwości jest rozwieszenie liny poręczowej dla członków niezwiązanego liną zespołu. Prowadzący może pokonać ryzykowny odcinek z asekuracją lub przejść go, po prostu ciągnąc za sobą linę i przepinając ją w razie potrzeby przez punkty pośrednie. Po przejściu trudnego miejsca, mocuje ją do stanowiska pilnując, aby napięta lina nie biegła przez ostre krawędzie skalne. Pozostali wspinacze poruszają się albo trzymając się liny rękoma, albo są w gotowości, by w razie konieczności złapać się jej. Mogą również wpiąć się do liny karabinkiem połączonym z uprzężą za pośrednictwem pętli lub karabinkiem wpiąć do uprzęży pętlę połączoną z liną węzłem Prusika (ryc. 14.1). Lina może być również przyczepiona do stanowiska przed trudnym odcinkiem – aby ułatwić przesuwanie węzła Prusika. Należy pamiętać, że jeśli lina nie zostanie dopięta do stanowiska, to odpadnięcie grozi „wyjechaniem z liny", zwłaszcza gdy poruszający się po poręczówce będą się asekurowali poprzez karabinek wpięty do lonży. Jeśli ryzykowny fragment drogi prowadzi trawersem, lina poręczowa musi być zamocowana na obydwu końcach. Ostatni ze wspinaczy zabiera ze sobą linę poręczową, demontując po drodze punkty pośrednie. Podczas tej operacji może być asekurowany z góry lub asekurować się sam za pomocą węzła Prusika na linie poręczowej.

ASEKURACJA LOTNA

Inną możliwością zabezpieczenia się jest asekuracja lotna, przydatna wówczas, gdy partnerzy wspinają się równocześnie w stosunkowo łatwym terenie, ale są związani liną (ryc. 14.2). Zazwyczaj w takich sytuacjach zespół składa się z dwóch osób. Asekuracja taka polega na wpinaniu liny przez prowadzącego do punktów przelotowych. Przez cały czas lina pomiędzy partnerami powinna być wpięta do co najmniej dwóch przelotów. Drugi wspina się równocześnie z prowadzącym i likwiduje wszystkie napotkane po drodze punkty przelotowe. Ponadto drugi powinien wspinać się

w niemal identycznym tempie – wolniejsze może wytrącać prowadzącego z równowagi, natomiast szybsze powoduje wydłużenie lotu niezależnie od tego, który ze wspinaczy odpadnie. Jeśli jeden z nich odpadnie, wpięta do przelotu lina i masa partnera w naturalny sposób prędzej czy później powstrzymają upadek.

Jeżeli zespół podejmuje wspinaczkę z asekuracja lotną, wspinacze muszą zdecydować, jak długi odcinek liny pozostawić pomiędzy sobą. Dłuższa lina pochłonie więcej energii w razie odpadnięcia, z drugiej zaś strony może się ona plątać i zaczepiać pomiędzy blokami skalnymi lub krzewami. Większy odstęp pomiędzy partnerami utrudnia również komunikowanie się. W razie konieczności linę można skrócić, nawijając ją na siebie (patrz *Skracanie liny* w rozdziale 17, *Poruszanie się po lodowcach i ratowanie ze szczelin*). Asekuracja lotna jest metodą mniej bezpieczną niż asekuracja stanowiskowa, ale bezpieczniejszą niż wspinanie się w ogóle bez asekuracji. Decyzję o asekurowaniu się w ten sposób trzeba starannie rozważyć, uwzględniając zarówno potencjalne ryzyko, jak i korzyści dla konkretnego zespołu w konkretnej sytuacji. Istotnymi czynnikami, które należy wziąć pod uwagę, są umiejętności i obycie z ekspozycją obydwu partnerów, presja czasu, ekspozycja terenu, a także prawdopodobieństwo odpadnięcia i jego konsekwencje. Prowadzący musi wiedzieć, jakie umiejętności wspinaczkowe posiada jego partner. W każdej chwili musi być przygotowany do założenia stanowiska w przypadku, gdyby drugi potrzebował lepszego zabezpieczenia. Stanowisko trzeba założyć także wtedy, gdy prowadzącemu kończy się sprzęt do osadzania punktów przelotowych. Drugi może wówczas przekazać zebrany sprzęt prowadzącemu lub sam przejąć prowadzenie.



Ryc. 14.2. Zespół dwuosobowy wspinający się z asekuracją lotną

PRZENOSZENIE LINY NA ŁATWIEJSZYCH ODCINKACH WSPINACZKI

Niekiedy przemieszczając się pomiędzy fragmentami trudnego terenu, w którym zespół wspina się od stanowiska do stanowiska, wspinacze zwijają większą część łączącej ich liny, pozostawiając pomiędzy sobą odcinek o długości 3–5 m. Nadmiar liny nosi się w zwoju przerzuconym przez ramię i wpiętym karabinkiem zakręcanym do uprzęży.

Metoda ta przyspiesza poruszanie się zespołu w porównaniu z rozwiązywaniem się i pakowaniem liny do plecaka na czas pokonywania łatwiejszych odcinków drogi. Ponadto idąc blisko siebie, wspinacze minimalizują ryzyko zrzucania kamieni przez linę.

PROWADZENIE W TRUDNYM TERENIE

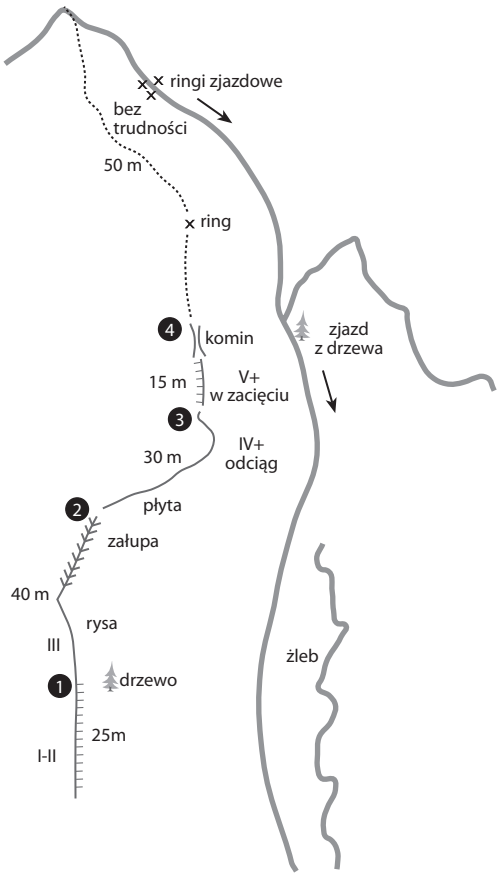
Na trudniejszych drogach nie sprawdza się ani asekuracja lotna, ani lina poręczowa. Należy wówczas zastosować taki sposób asekuracji, który zapewni wspinaczom największe bezpieczeństwo. Zespół wspina się od jednego stanowiska asekuracyjnego do drugiego. Każdy odcinek pomiędzy stanowiskami, nazywany wyciągiem, obaj partnerzy pokonują z asekuracją, przy czym jeden z nich prowadzi. Prowadzący podejmuje większe ryzyko niż dru-

gi, który korzysta z „luksusu" asekuracji z góry i nie musi się przejmować długością potencjalnego lotu, bowiem partner niemal natychmiast powstrzyma jego odpadnięcie.

Wspinacz, który dopiero uczy się prowadzenia, powinien poznać mechanizmy prowadzenia wyciągu, wspinając się na drogach o trudnościach znacznie poniżej własnych możliwości. Może się to wydawać oczywiste, ale zawsze upewnij się, czy twoje umiejętności są wystarczające do poprowadzenia zaplanowanej drogi. Być może dobrze radzisz sobie na płytach, ale z rysami masz kłopoty; jeśli więc droga prowadzi częściowo rysami, lepiej, by ich trudności były mniejsze niż te, które bez problemów pokonujesz na płytach.

Strome drogi sportowe, wyposażone w stałe punkty asekuracyjne, są względnie bezpiecznym miejscem do spróbowania trudnych prowadzeń. Wbrew pozorom przewieszona, trudna droga może być bezpieczniejsza niż łatwa ściana z licznymi półkami, gdyż odpadnięcie w przewieszeniu prawdopodobnie skończy się zawiśnięciem w powietrzu.

Jeśli masz już doświadczenie we wspinaczce sportowej, ale dopiero zaczynasz przygodę ze wspinaczką wysokogórską, z wielką rezerwą oceniaj swoje umiejętności. Czas, jaki musisz przeznaczyć na osadzanie punktów asekuracyjnych na drogach tradycyjnych, może bardzo się różnić od tego, jaki na te same czynności przeznaczyłbyś na drogach sportowych o tej samej wycenie trudności. Poza tym wysokogórskie wspinaczki skalne często są prowadzone w daleko położonych rejonach, drogi są długie, a konsekwencje odpadnięcia mogą być naprawdę poważne. Tu, prowadząc, niesiesz plecak, a zamiast pantofli wspinaczkowych masz na sobie ciężkie buty górskie. Biorąc pod uwagę wszystkie te dodatkowe czynniki, rozsądnie jest wybierać w górach łatwiejsze drogi niż w skałkach oddalonych zaledwie o parę minut od parkingu.



Ryc. 14.3. Typowy schemat drogi wspinaczkowej

SPRZĘT DO PROWADZENIA

Zestaw sprzętu służącego do osadzania punktów asekuracyjnych nazywany jest w żargonie wspinaczkowym szpejem. Każdy zespół posiada jeden taki zestaw i zawsze ma go przy sobie prowadzący. Podczas prowadzenia wyciągu osadza on poszczególne elementy wybrane spośród szpeju (są to punkty asekuracyjne), które następnie demontuje i zabiera ze sobą drugi. Na końcu wyciągu, na stanowisku szpej jest porządkowany i bierze go ten ze wspinaczy, który będzie prowadził następny wyciąg.

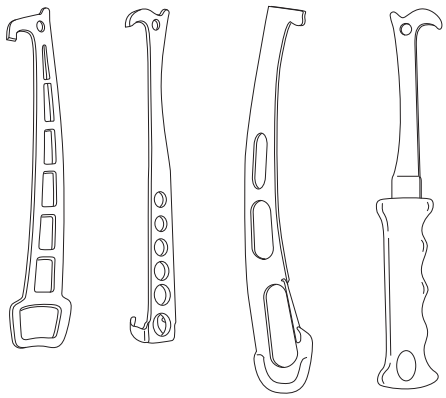
Na wybór sprzętu do prowadzenia wpływają dwa czynniki: charakter drogi oraz komfort psychiczny prowadzącego. Pomocą w doborze szpeju mogą być też informacje podane w przewodnikach i artykułach, zwłaszcza w magazynach górskich, jeśli wybrana przez ciebie droga znajduje się w popularnym rejonie wspinaczkowym. Szukaj w nich przede wszystkim informacji ogólnych, takich jak rodzaj skały, ukształtowanie terenu i przebieg drogi (jakie formacje skalne) oraz sprawdź, co w danym rejonie uważane jest za „standardowy zestaw sprzętu". Koniecznie zapoznaj się także ze schematem wybranej drogi wspinaczkowej (ryc. 14.3), który może dostarczyć ci informacji o szerokości szczelin, długości i przebiegu każdego wyciągu, liczbie stałych punktów asekuracyjnych, trudnościach drogi jako takiej oraz jej poszczególnych fragmentów, a nawet o tym, jakie rozmiary kostek będą potrzebne. Wiele szczegółowych informacji na temat szpeju niezbędnego do przejścia popularnych dróg wspinaczkowych często znajdziesz w internecie na forach i blogach wspinaczkowych.

Sprawa wygląda zupełnie inaczej, jeśli planujesz wspinaczkę w odległym i niezbyt popularnym rejonie, gdzie zazwyczaj trudno o użyteczne informacje ułatwiające dobór sprzętu. Jeśli weźmiesz za dużo, ciężar sprzętu sprawi, że wspinaczka będzie trudniejsza. Jeśli weźmiesz za mało szpe-

ju lub niewłaściwie go dobierzesz, twój zespół może zostać pozbawiony możliwości bezpiecznego przejścia drogi. Zgromadź jak najwięcej informacji o wybranej drodze, studiując różne przewodniki i czasopisma górskie, zasięgając rady wspinaczy znających ten rejon i szukając w internecie.

W skład typowego zestawu szpeju wchodzą różnego rodzaju kostki (na przykład rocksy i heksy), friendy, pętle i karabinki. Ale ile i jakie? Na te pytania nie można odpowiedzieć, nie biorąc pod uwagę specyfiki planowanej wspinaczki. Na drodze biegnącej wzdłuż wąskiej ryski siadać będą pasywne kostki klinowe i mniejsze friendy. W szerokiej rysie przydadzą się duże friendy lub rury rozprężne Big Bro. Na drodze prowadzącej długą rysą o równoległych ściankach warto mieć kilka friendów tego samego rozmiaru. W wielu przypadkach sprawa nie jest jednak tak oczywista i niezbędny jest pełny zestaw sprzętu o różnych rozmiarach. Trudno jest jednoznacznie określić, co powinno się znaleźć w *zestawie standardowym*, ponieważ różne drogi wymagają odmiennych typów i rozmiarów sprzętu. Na dodatek wspinacze często mają swoje „ukochane zabawki", z którymi nigdy się nie rozstają. Przykładowy, w miarę uniwersalny, zestaw pokrywa zakres szerokości szczelin do 7,5 cm (co opowiada mniej więcej niebieskiemu Camalotowi nr 3, czyli 3-calowemu, 3 × 2,41 cm – przyp. kons.) i zawiera co najmniej komplet rocksów, kilka większych kostek (heksów lub tricamów) oraz kilka małych i średnich friendów.

Osadzony w skale sprzęt łączy się z liną za pomocą ekspresu lub pętli z dwoma niezakręcanymi karabinkami. W przypadkach, gdy zamek mógłby się otworzyć w czasie lotu (na przykład wskutek uderzenia o skałę), należy użyć karabinka zakręcanego. Prowadzący powinien mieć przy sobie dodatkowe karabinki, aby na pewno mu ich nie zabrakło. Właściwej długości pętla, niezależnie od miejsca, pozwala na prowadzenie liny w linii jak najbardziej zbliżonej do prostej. Należy jednak dobrze dobrać jej długość, gdyż zbyt długa pętla niepotrzebnie przedłuży potencjalny lot, a zbyt krótka będzie powodowała przesztywnienie asekuracji. Jeśli wyciąg biegnie w linii prostej, do wpinania liny do przelotów wystarczą tylko ekspresy, ale gdy ma pokrętny przebieg lub pokonuje przewieszki, konieczne będzie stosowanie dłuższych pętli. Dodatkowe pętle potrzebne są także na stanowiska, nieoczekiwane punkty asekuracyjne i na pętle zjazdowe. Na drogi górskie, które raczej nie biegną w linii prostej, zaleca się zabieranie dłuższych pętli (co najmniej kilka o długości 60 cm i 120 cm), ponieważ ekspresy mogą nie wystarczyć. Pętle są tanie i lekkie, a na prostych wyciągach można je skrócić (ryc. 14.7) i używać jako ekspresy. Posiadanie i używanie odpowiednio długich pętli w celu zapobiegania przesztywnieniu asekuracji (ryc. 14.10) jest bardzo ważne, o czym niestety początkujący wspinacze często zapominają.



Ryc. 14.4. Klucze do kostek („jebadełka")

Bardzo przydatnym elementem szpeju jest prosty przyrząd, zwany w żargonie wspinaczkowym „jebadełkiem", służący do wydobywania kostek z rys (ryc. 14.4). Jest to wąski metalowy przyrząd zakrzywiony na jednym z końców, którym podważa się lub obluzowuje kostki zakleszczone w rysie (ryc. 14.4). Każdy z partnerów powinien mieć własne „jebadełko", ponieważ jeśli wspinacze prowadzą na zmianę, każdy z nich będzie się wspinał również jako drugi. Warto też mieć je przy sobie podczas prowadzenia, aby w razie potrzeby wyciągnąć osadzoną wcześniej kostkę i założyć ją ponownie w innym, lepszym miejscu.

Oprócz kostek, karabinków, pętli i klucza do kostek, wspinacz musi mieć przy sobie jeszcze kilka innych istotnych przedmiotów, takich jak: przyrząd asekuracyjny, dwie krótkie pętle z linki pomocniczej, co najmniej jeden pierścień zjazdowy oraz mały nożyk do odcinania starych pętli (lub zastosowań awaryjnych). Pętle z linki pomocniczej służą do awaryjnego prusikowania lub w razie konieczności „odwieszenia" partnera na stanowisko po jego odpadnięciu, a także do zawiązania węzła asekuracyjnego w przypadku konieczności zjazdu na linie (patrz rozdział 9, *Liny, węzły i karabinki*; 10, *Asekuracja* i 11, *Zjazdy na linie*). Często do tego dochodzi jeszcze woreczek z magnezją, która służy do osuszania rąk. Dobór sprzętu, na który wpływ ma charakter rejonu oraz rodzaj i długość drogi wspinaczkowej, wymaga starannego przemyślenia i zaplanowania.

INNE WAŻNE ELEMENTY WYPOSAŻENIA

Na wielowyciągową drogę, której przebiegu żaden z członków zespołu dobrze nie zna, należy wziąć opis i schemat drogi, a także notatki ułatwiające orientację w ścianie. Na drogach wysokogórskich i wszędzie tam, gdzie po ukończeniu wspinaczki zespół nie wraca do

punktu startu, drugi często wspina się z plecakiem (na bardzo duże ściany, w które wspinacze zabierają sprzęt biwakowy, obaj partnerzy wspinają się z plecakami – przyp. kons.), którego wielkość zależy od długości drogi i szybkości zespołu. Dobór obuwia na podejście i samą wspinaczkę zależny jest od panujących warunków oraz umiejętności i upodobań wspinaczy. Pod ścianę podchodzi się w butach górskich (od bardzo lekkich do ciężkich) lub w lekkich butach podejściowych. Czasami w tym samym obuwiu również się wspina. W ścianie, zwłaszcza na drogach o większych trudnościach, a także prawie zawsze na drogach skałkowych i sportowych, nosi się pantofle wspinaczkowe (patrz ryc. 12.1 w rozdziale 12, *Technika wspinaczki w skale*).

JAK NOSIĆ SPRZĘT

Idealnym sposobem noszenia sprzętu jest przypięcie lub przywiązanie go do pętli przerzuconej przez tułów, tak zwanej „szpejarce". Metoda ta pozwala prowadzącemu skutecznie osadzać asekurację, a zarazem sprzęt „nie dynda" przy uprzęży i nie utrudnia wspinaczki. Prostsze jest także przekazywanie sprzętu między partnerami podczas zmiany prowadzenia (wystarczy zdjąć pętlę i wraz ze szpejem przekazać ją prowadzącemu kolejny wyciąg). Sprzęt noszony od strony ekspozycji jest łatwiej dostępny niż noszony od strony skały. Jeśli na przykład wspinasz się w zacięciu, lewym bokiem do skały, dobrze jest nieść szpej na prawym boku, na pętli przełożonej przez lewe ramię. Żaden sposób noszenia szpeju nie jest doskonały, a powszechnie stosuje się ich kilka, niekiedy w kombinacji z innymi metodami. Są jednak pewne określone i sprawdzone zasady:

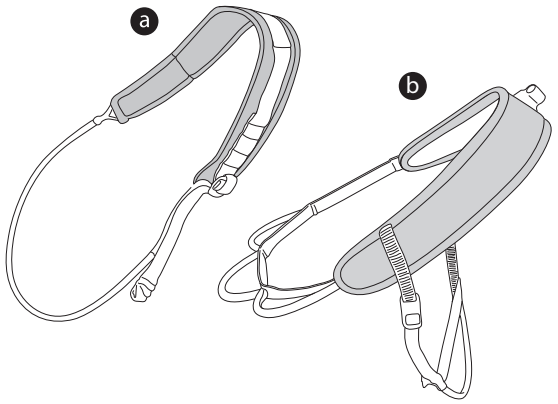
Noś kostki i małe friendy na wspólnym karabinku. Przygotowując sprzęt do prowadzenia, warto pogrupować kostki (rocksy, heksy, tricamy) na wspólnych karabinkach (ryc. 14.6). Wielu wspinaczy na przykład grupuje pełny komplet lub część kompletu rocksów na jednym karabinku transportowym. Jeśli w zestawie dla prowadzącego jest większa liczba kostek lub niektóre rozmiary są zdublowane, wówczas często dzieli się kostki na mniejsze i większe, a każdą z grup nosi się na osobnym karabinku. W ten sam sposób można porządkować małe friendy.

Metoda ta pozwala zmniejszyć liczbę karabinków potrzebnych do transportowania kostek. Może ona ułatwić wspinaczkę, ponieważ sprzęt zajmuje mniej miejsca, a jego ciężar jest korzystniej rozmieszczony. Łatwiejsze jest również osadzanie kostek transportowanych w ten sposób. Aby założyć kostkę, wypnij karabinek z kostkami o pożądanych rozmiarach i manipulując całym ich pęczkiem, wyszukaj tę, która najlepiej będzie pasowała do wybranej szczeliny. Następnie osadź wybraną kostkę, odepnij od niej karabinek wraz z pozostałymi kostkami i przypnij go z powrotem do pętli transportowej.

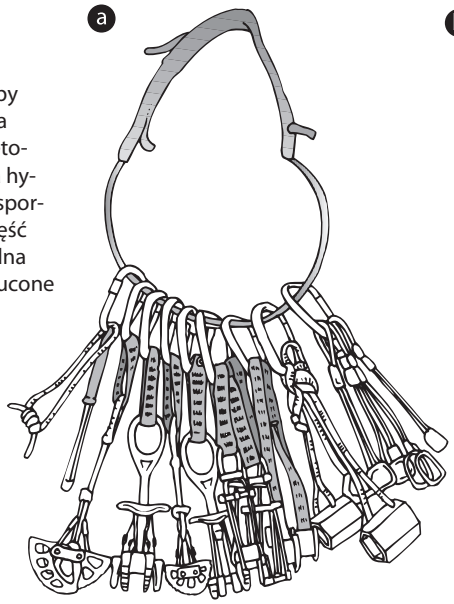
Wspinacze transportujący kostki w ten sposób zazwyczaj mają też przy sobie kilka pętli z dwoma karabinkami lub ekspresy, ponieważ przy świeżo osadzonej kostce nie ma karabinka (pamiętaj, że jeden karabinek wpięty jest do kostki, a do drugiego wpina się linę – patrz ryc. 13.2 w rozdziale 13, *Punkty asekuracyjne w skale*). Choć metoda ta zwiększa nieco ryzyko zgubienia części sprzętu, ponieważ za każdym razem manipuluje się większą jego ilością, wielu wspinaczy jest zdania, że ta wada jest z nawiązką równoważona przez łatwość operowania sprzętem.

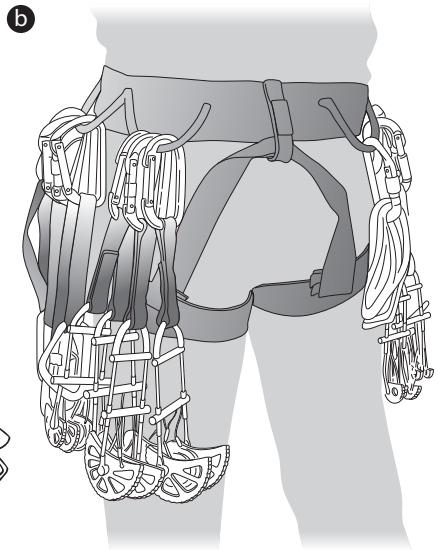
Noś każdą sztukę większego sprzętu na osobnym karabinku. W odróżnieniu od kostek i małych friendów, średnie i duże friendy, a także inne duże elementy szpeju (np. rury rozprężne) większość wspinaczy nosi na osobnych karabinkach (ryc. 14.6). Ze swej natury, friendy (przynajmniej średnie i duże) pokrywają szerszy zakres szerokości szczelin niż rocksy czy heksy. Przy pewnej wprawie, łatwiej jest dobrać „na oko" właściwy rozmiar frienda niż kostki.

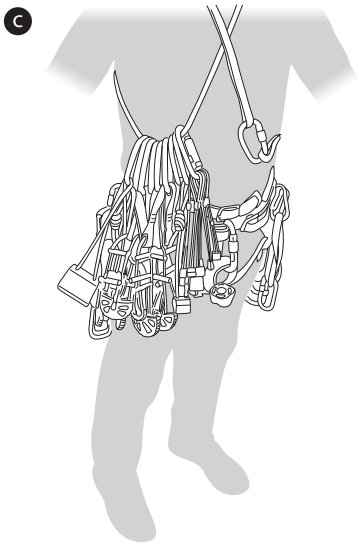
Transportowanie dużych friendów na osobnych karabinkach jest ulubioną metodą wspinaczy, ponieważ zwykle łatwo jest wybrać ze szpeju właściwy rozmiar dużego frienda i nie ma potrzeby przymierzania w tym celu pozostałych. Ten sposób porządkowania ułatwia szybsze osadzenie frienda i nie wymaga kłopotliwego żonglowania pęczkiem sprzętu noszonego na wspólnym karabinku. Po osadzeniu frienda prowadzący może wpiąć pętlę do karabinka przy friendzie, a osobnym karabinkiem połączyć pętlę z liną.



Ryc. 14.5. Szpejarki: a. prosta z wyściełaniem; b. z kilkoma uchami sprzętowymi







Ryc. 14.6. Przykładowe sposoby transportowania sprzętu: a. na szpejarce; b. na uszkach sprzętowych przy uprzęży; c. metoda hybrydowa – część sprzętu transportowana jest na szpejarce, a część przy uprzęży. Oprócz tego jedna lub dwie dłuższe pętle przerzucone są przez ramię

GDZIE NOSIĆ SPRZĘT

Po podjęciu decyzji, jak pogrupować sprzęt do prowadzenia, kolejną kwestią jest wybór miejsca jego transportowania. Trzy najczęściej spotykane sposoby noszenia szpeju to: na pętli przerzuconej przez ramię, na uszkach transportowych przy uprzęży oraz kombinacja obu powyższych metod. Najwygodniejszą opcją jest szpejarka (wyściełana pętla transportowa), ale zwykła pętla o długości 60 cm też doskonale się nadaje do tego celu. W sprzedaży dostępne są specjalne pętle transportowe (ryc. 14.5a), a niektóre z nich wyposażone są w osobne ucha do porządkowania sprzętu (ryc. 14.5b).

Sprzęt na pętli przerzuconej przez ramię. Część wspinaczy nosi sprzęt uporządkowany na szpejarce (ryc. 14.6a) przerzuconej przez jedno ramię i na ukos przez pierś (ryc. 14.6c). Zaletą tej metody jest łatwe przekazywanie sprzętu partnerowi podczas zmiany prowadzenia, ponieważ cały szpej przekazywany jest równocześnie. Główna wada polega na tym, że cały sprzęt, wisząc na ramieniu, może nieco przeciążać górną część ciała. Poza tym sprzęt na szpejarce może się znacznie przemieszczać podczas wspinania.

Sprzęt na uszkach transportowych przy uprzęży. Ciężar sprzętu transportowanego na uszkach uprzęży (ryc. 14.6b) jest równomiernie rozłożony wokół talii wspinacza, a różne elementy szpeju da się łatwo ułożyć w określonym porządku (jest to możliwe również wtedy, gdy używa się szpejarki z kilkoma uchami do porządkowania sprzętu).

Przy tej metodzie przekazywanie sprzętu zabiera nieco więcej czasu niż przekazanie sprzętu na szpejarce, ponieważ wszystkie elementy trzeba po kolei przepiąć z uprzęży jednego wspinacza na uprząż drugiego – chociaż w przypadku zgranych zespołów różnica ta nie jest zbyt wielka. Wpinając szpej do uszek przy uprzęży, zadbaj, aby nie krępował on ruchomości nóg i nie zasłaniał stopni. Często opłaca się umieścić ekspresy i karabinki po obu stronach uprzęży, aby były łatwo dostępne zarówno dla prawej, jak i lewej ręki.

Od ostatniego wydania książki *Góry – wolność i przygoda* minęło ponad dziesięć lat. Dla każdego podręcznika outdooru dekada to wręcz epoka. Zmienia się sprzęt, materiały, trendy w metodach szkoleniowych, słowem wszystko. Ta książka nadążyła jednak za upływającym czasem i dalej jest znakomitym oraz kompletnym źródłem wiedzy o górach, wspinaniu i szeroko pojętym outdoorze, skierowanym zarówno do początkujących, jak i zaawansowanych. W tym wydaniu dodano także wiele elementów stanowiących ciekawy materiał szkoleniowy, co sprawia, że całość jest jeszcze bardziej atrakcyjna dla czytelnika. W sumie, to bardzo wartościowa, rzetelnie przetłumaczona lektura. Gorąco polecam.

Piotr Pustelnik, alpinista i himalaista,
zdobywca wszystkich czternastu szczytów liczących powyżej 8000 m n.p.m.

***Góry – wolność i przygoda* to kompendium wiedzy na temat gór i wspinaczki. Solidna porcja teorii, dzięki której można otworzyć się na alpinizm i przygodę. Profesjonalny przekład na język polski doprecyzowuje pojawiające się niejasności. Polecam zarówno laikom, jak i wspinaczom pragnącym odświeżyć swoją wiedzę.**

Marcin Tomaszewski, wspinacz, alpinista,
autor nowych dróg w górach świata

Od opublikowania pierwszej anglojęzycznej edycji w 1960 roku, *Góry – wolność i przygoda* cieszą się opinią klasycznego podręcznika alpinizmu. Obecne wydanie, wypełnione pięćdziesięcioletnim doświadczeniem i ogromną wiedzą, dostarcza sprawdzonych informacji na temat wspinaczki w skale, lodzie, mikście, śniegu i w wielkich ścianach. Obejmuje ono szerokie spektrum zagadnień, począwszy od podstawowych węzłów, elementów wyposażenia i zasad niepozostawiania po sobie śladów, do skomplikowanych tematów związanych z budową stanowisk, oceną zagrożenia lawinowego i doskonaleniem umiejętności kierowania grupą.

Przeredagowane i zaktualizowane wydanie książki *Góry – wolność i przygoda* to:

- zbiór informacji dotyczących najnowszych technik i sprzętu,
- wyczerpujące opisy zagadnień związanych z autoratownictwem, wspinaczką hakową i lodową, a także treningiem,
- kopalnia wiedzy stworzona przez zespół ponad czterdziestu świetnych wspinaczy i instruktorów wspinaczki,
- najlepiej sprzedający się podręcznik wspinaczki wszech czasów.

Patronat:

GÓRY GÓRSKI MAGAZYN SPORTOWY GORYONLINE.COM

npm MAGAZYN TURYSTYKI GÓRSKIEJ

brytan zone wspinanie.pl serwis wspinaczkowy

www.galaktyka.com.pl

ISBN 978-83-7579-331-4

9 788375 793314