

Jistící stanoviště - fixní jištění s preferencí jednoho bodu



V tomto doporučeném lezeckém výcviku se zaměříme na vybudování jistícího stanoviště ve fixním jištění s preferencí jednoho bodu.

Požadavky, na již získané dovednosti

- Používání sedacího úvazku
- Navázání na konec lana
- Jištění na jistícím stanovišti

Potřebné vybavení pro výcvik

- Lano
- Dvojice: jistič a lezec
- Jeden fixní jistící bod alespoň 2 metry nad zemí
- 2x karabina typu HMS (tj. 1x centrální karabina a 1x na jištění půllodákem)
- 2x karabina s pojistkou zámku (tj. 1x na sebejištění lodákem a 1x záloha štanďu)
- 1x šitá smyčka 120 cm

Znalosti získané výcvikem

- Správné založení karabiny do fixního jištění
- Správné použití liščí smyčky
- Správné použití lodního uzlu
- Správné použití pojistného uzlu

Správné provedení

Tech-tipy

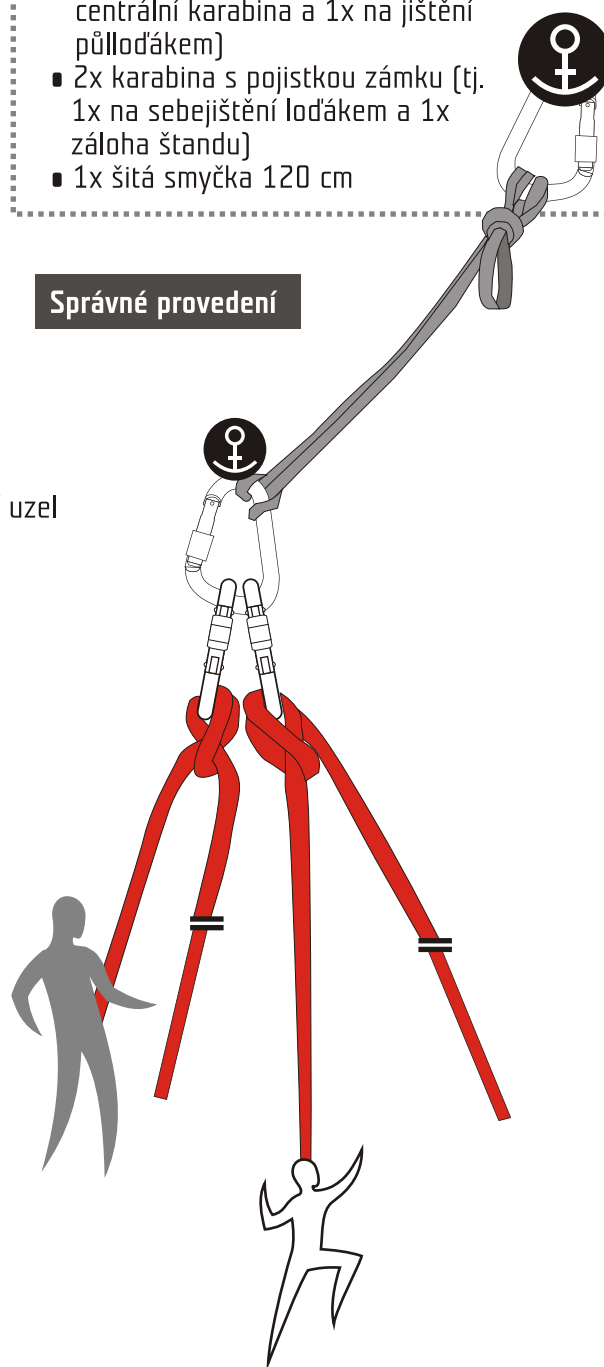


- Zašroubovat zámek u všech karabin
- Na smyčce za lodním uzlem udělat pojistovací uzel

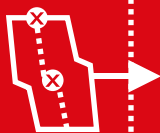
Upozornění



Vždy při výcviku prostudujte manuály výrobce používaného materiálu. Tento materiál je pouze doporučením metodické komise ČHS a nenahrazuje doporučení výrobce lezeckého materiálu. Při zásadních rozdílech s tímto doporučením a manuálem výrobce je manuál výrobce důležitou částí výuky.



Jistící stanoviště - fixní jištění s preferencí jednoho bodu

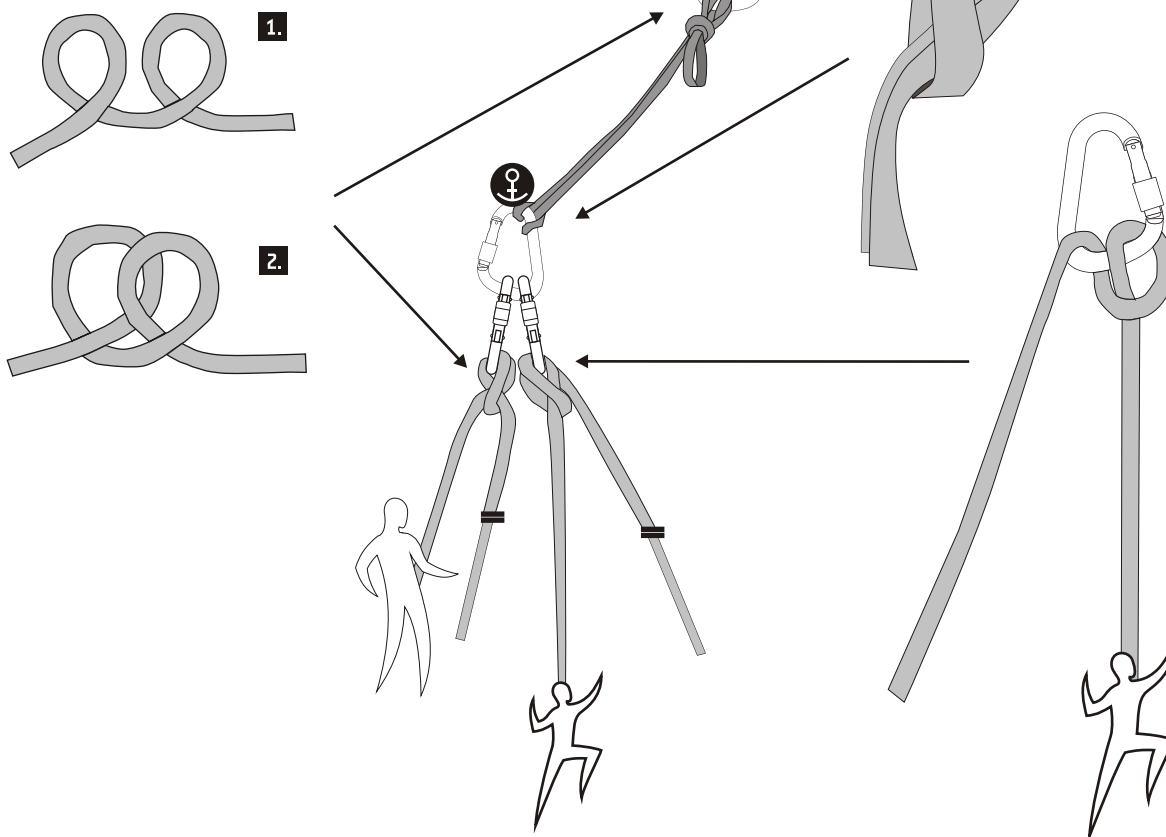


Jistící stanoviště - fixní jištění s preferencí jednoho bodu



V tomto doporučeném lezeckém výcviku se zaměříme na vybudování jistícího stanoviště ve fixním jištění s preferencí jednoho bodu.

Doporučený postup provedení



Jistící stanoviště - fixní jištění s preferencí jednoho bodu

Doporučení a rady, jak trénovat

- Zřízení fixního stanoviště na stěně v dosahu ze země do výšky cca 2m tak aby lezec již musel ve stěně, ale byl v bezpečné výšce a v dosahu instruktora. Lezec vyleze k prvnímu fixnímu jištění, kde si vytvoří jistící stanoviště s preferencí jednoho bodu.
- V jistícím stanovišti je lezec fixně jištěn lanem pomocí lodního uzle, nebo pomocí odsedávací smyčky, která ale musí být dlouhá tak, aby lezec při odsednutí dosáhl rukou na karabinu.
- Při dodržení tohoto postupu a kázně cvičících je možné, aby instruktor vyučoval bezpečně více jak 4 dvojice cvičících.

Ověření znalostí a dovedností uchazeče

- Uchazeč předvede správné předvedení fixního stanoviště s preferencí jednoho bodu
- Uchazeč vysvětlí:
 - umístění karabiny do fixního jištění
 - provázání fixního stanoviště s pojistným fixním bodem pomocí šité smyčky a karabiny s pojistkou zámku