

# Bezpiecznie na via ferratach



**Pokonywanie via ferrat jest związane z ryzykiem. Niedostateczne przygotowanie, stosowanie wadliwego sprzętu lub niewłaściwe zachowanie mogą doprowadzić do wypadku! Stowarzyszenia alpejskie zalecają miłośnikom ferrat uczestnictwo w kursach prowadzonych przez wykwalifikowanych instruktorów.**

## Skala trudności

**A-łatwo.** Nietrudne, ubezpieczone ścieżki. Połogie (dłuższe) lub pionowe (krótkie) drabinki, poręcze lub ciągi klamer. Pojedyncze miejsca mogą być eksponowane, są jednak łatwe do przejścia. Zazwyczaj sprawny i obyty z ekspozycją turysta jest w stanie przejść taką ferratę bez korzystania z ubezpieczeń. Dobrze nadaje się dla początkujących

**B-dość trudno.** Dość stromy teren skalny. Niektóre fragmenty są eksponowane i wymagają korzystania z małych stopni. Dłuższe odcinki pionowych drabinek lub ciągów klamer. Przejście wymaga siły i może być męczące. Nawet doświadczeni turyści korzystają na takich ferratach z asekuracji.

**C-trudno.** Stromy lub bardzo stromy teren skalny, w znacznej części eksponowany i wymagający korzystania z małych stopni. Mogą się pojawić lekko przewieszony drabinki. Klamry i stopnie mogą być rozmieszczone w sporych odległościach od siebie. Niektóre fragmenty są bardzo męczące.

**D-bardzo trudno.** Teren pionowy, często również przewieszony. Klamry i stopnie często rozmieszczone daleko od siebie. Trasa jest przeważnie bardzo eksponowana. Często jedynym sztucznym elementem jest stalowa lina asekuracyjna. Przejście wymaga silnych ramion oraz dobrej techniki i kondycji. Niekiedy pojawiają się krótkie, nieubezpieczone fragmenty łatwej wspinaczki (I-II).

**E-skrajnie trudno.** W przeważającej części przewieszony teren skalny, stawiający ogromne wymagania pod względem siły, techniki, zręczności i odwagi. Trasy odpowiednie wyłącznie dla doświadczonych „ferratowych wyjadaczy”. Konieczna jest doskonała kondycja fizyczna. Warto mieć dodatkową krótką lonżę „odpoczynkową”. Istnieje również stopień „F” odpowiadający jeszcze wyższym, nadzwyczajnym trudnościom.

# 1 Starannie zaplanuj wycieczkę

**Planowanie jest kluczem do bezpiecznego i bezproblemowego przejścia via ferraty. Zbierz informacje o długości i trudności ferraty, trasie podejścia i powrotu, pogodzie i aktualnie panujących warunkach.**

W przewodnikach i w Internecie można znaleźć wyczerpujące opis wraz z rysunkowymi schematami dla niemal każdej ferraty. Ponieważ najczęstszą przyczyną kłopotów podczas przejścia ferraty jest „zablokowanie się” spowodowane zmęczeniem organizmu, szczególne znaczenie na etapie planowania ma ocena trudności. Skup się przy tym nie tylko na stopniu trudności poszczególnych miejsc, ale także na tym jak długie są ciągi trudności i jaka jest ogólna trudność drogi. Poniższa lista pomoże ci zgromadzić wszystkie istotne informacje o planowanej ferracie.

## Trasa?

- Czy wiesz jakie wymagania stawia planowana ferrata, jakie są trudności poszczególnych odcinków, a także jaka jest jej długość i deniwelacja?
- Czy znasz drogę podejścia i powrotu i czy orientujesz się jakie są ich trudności?
- Czy podejście lub powrót wymagają posiadania dodatkowego sprzętu, np. raków i czekana?
- Czy podczas zejścia trzeba będzie pokonać nieubezpieczone ale eksponowane miejsca?
- Czy znasz ewentualne możliwości wycofania się?

## Panujące warunki?

- Czy skała jest sucha?
- Czy na ferracie zalega śnieg, lub czy trzeba się liczyć z płatami starego śniegu na drodze podejścia lub zejścia?

## Pogoda?

- Czy zapowiadana pogoda jest odpowiednia do planowanej tury?
- Czy trzeba się liczyć z burzami w ciągu dnia?
- Czy zbliża się zimny front, który nawet w środku lata może spowodować w górach opady śniegu?
- Czy upał wymaga wyboru trasy leżącej w cieniu lub bardzo wczesnego wyjścia w góry?

## Grupa?

- Czy wszyscy członkowie grupy są w wystarczająco dobrej kondycji fizycznej i psychicznej?
- Czy wielkość grupy jest odpowiednia do planowanego celu?
- Czy poinformowałeś osoby trzecie o celu wycieczki?
- Czy w skład grupy wchodzi dzieci?

## Wyposażenie?

- Czy masz odpowiednie obuwie?
- Czy twoja lonża jest w doskonałym stanie?
- Czy masz ze sobą kask i rękawiczki?
- Czy na wszelki wypadek masz apteczkę, płachtę biwakową i telefon komórkowy (z naładowaną baterią), a na długich ferratach również czołówkę?
- Czy prowiant, napoje a także ubranie chroniące przed zimnem, wiatrem i deszczem są spakowane w plecaku?
- Gdy idziesz w góry z dziećmi, czy masz ze sobą dodatkową linę żeby móc je asekurować i czy wiesz jak się nią posługiwać?

Czy wszyscy w grupie są wystarczająco sprawni by przejść planowaną ferratę?



Obycie z ekspozycją?



Siła i wytrzymałość?



Gibkość



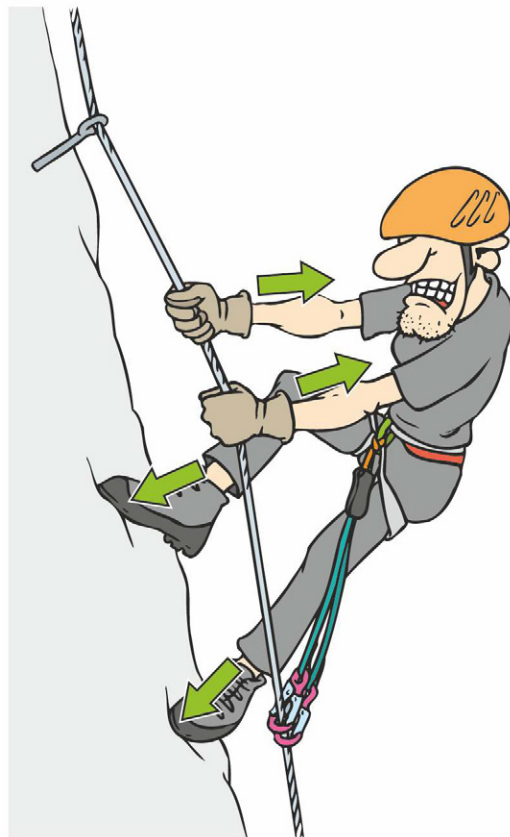
Umiejętność poruszania się w terenie

## 2 Dobierz cel odpowiedni do swoich możliwości!

Wybór zbyt wysokich trudności odbiera przyjemność z przejścia ferraty oraz może prowadzić do niebezpiecznych sytuacji.

Najczęstszą przyczyną kłopotów przy pokonywaniu via ferrat jest „zablokowanie się” spowodowane zmęczeniem! Szczególnie często zdarza się to na długich, ale stosunkowo łatwych ferratach. Dłuższe ciągi niewielkich trudności mogą okazać się zbyt dużym wyzwaniem, co może prowadzić do niebezpiecznych sytuacji. Ekonomiczna technika ruchu - trzymanie się wyprostowanymi rękami oraz staranne wykorzystywanie stopni, pozwala oszczędzić bardzo dużo energii. Znaczną oszczędność sił umożliwia też przytrzymanie się punktu kotwienia liny zgiętą w łokciu ręką.

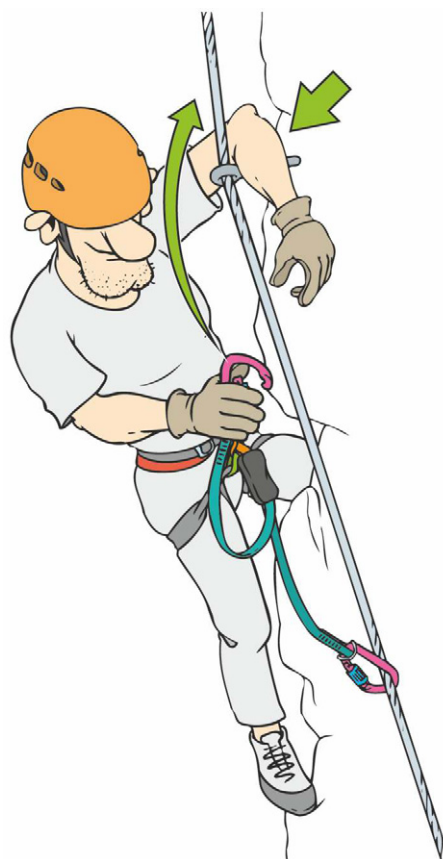
Uwaga: Lonża chroni wprawdzie przed „lotem do ziemi”, jednakże na ferratach (inaczej niż przy wspinaczce sportowej) nie można sobie pozwolić na odpadnięcie, ponieważ każdy lot może mieć bardzo poważne konsekwencje.



Ekonomiczna technika ruchu - trzymanie się wyprostowanymi rękami w połączeniu ze starannym wykorzystywaniem stopni, pozwala oszczędzić bardzo dużo siły.



Przecenianie własnych możliwości może prowadzić do bardzo groźnych sytuacji.



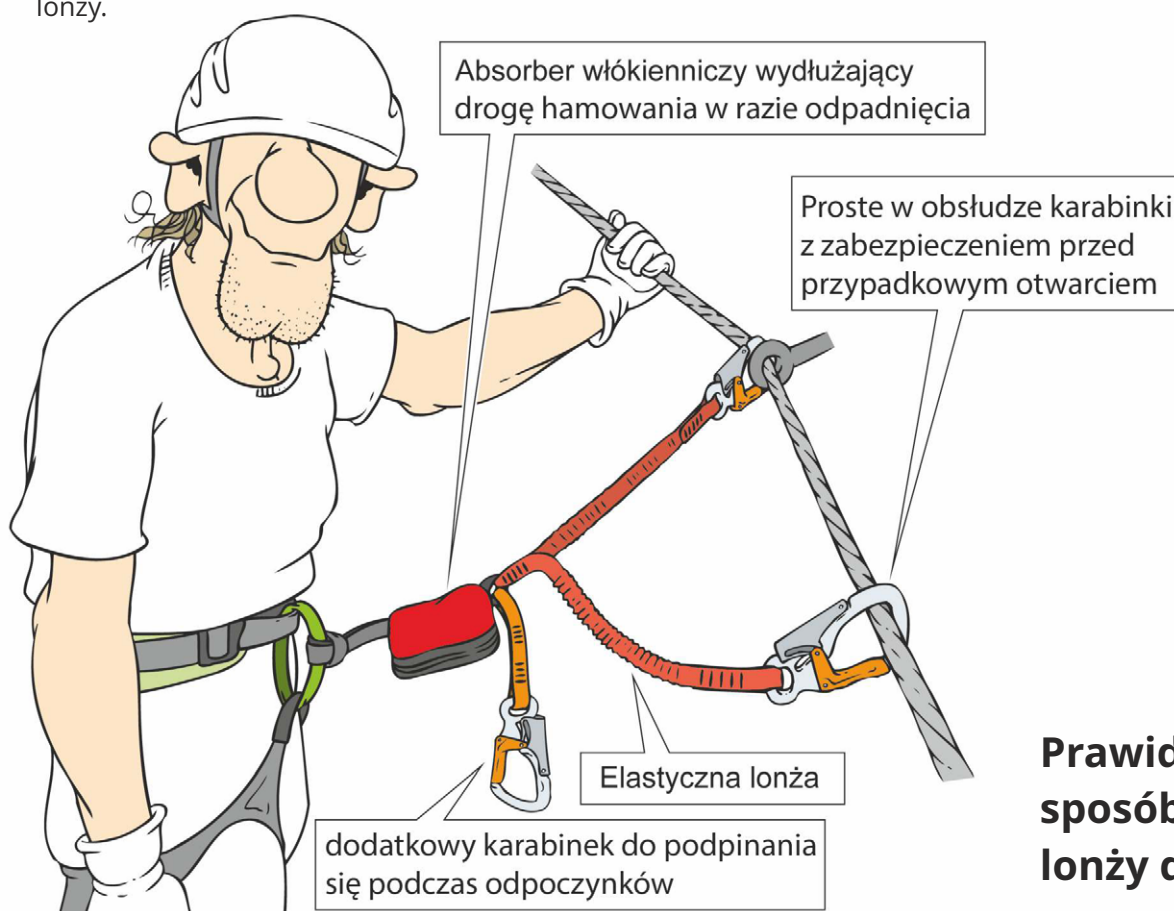
Znaczną oszczędność sił umożliwia też przytrzymanie się punktu kotwienia liny zgiętą w łokciu ręką.

### 3 Używaj odpowiedniego i zgodnego z normą sprzętu

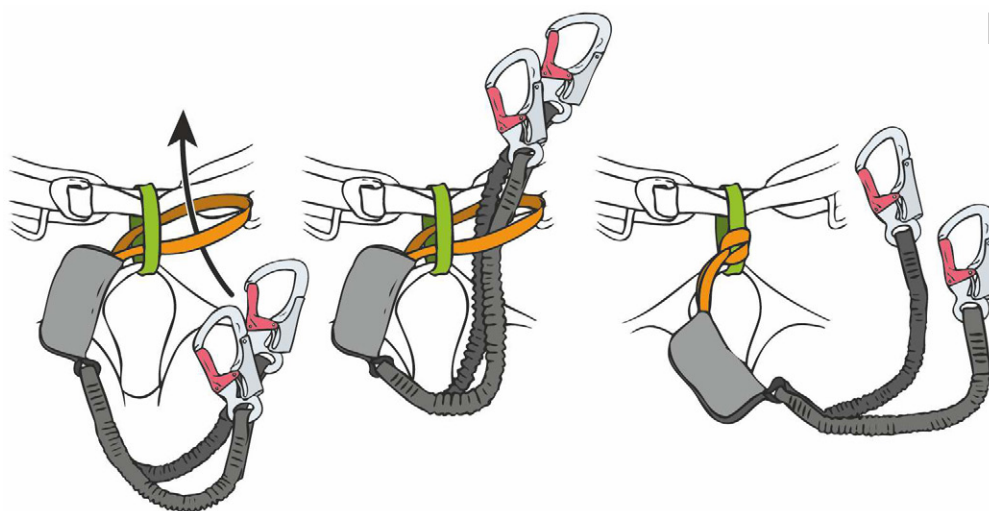
**Uprząż, lonża i kask: jedynie konsekwentne i prawidłowe stosowanie sprzętu umożliwia bezpieczne przejście via ferraty. Na wszelki wypadek zawsze miej ze sobą też apteczkę i telefon komórkowy (Europejski numer alarmowy 112).**

Każda lonża ferratowa składa się kilku podstawowych elementów: specjalnych karabinków wyposażonych w zabezpieczenie przed przypadkowym otwarciem; dwóch lonży, oraz absorbera. Sercem zestawu asekuracyjnego jest amortyzator tak zwany absorber, który odpowiada za dynamiczne wyhamowanie odpadnięcia. W użyciu są absorbery tarciowe, oraz włókiennicze. Te drugie są obecnie standardem. Niektóre zestawy są wyposażone w dodatkową, krótką lonżę wykorzystywaną podczas odpoczynków i przy pokonywaniu trawersów. Pamiętaj żeby podczas przepinania się z jednego odcinka ubezpieczeń na drugi, zawsze asekurować się jednym z lonży.

Uwaga! Nigdy nie używaj do asekuracji lonży wykonanej „własnym przemysłem” z repsznura, kawałków liny lub taśmy. Nawet przy niewielkim odpadnięciu na ferracie działają siły, które mogą doprowadzić do zerwania takiej lonży.



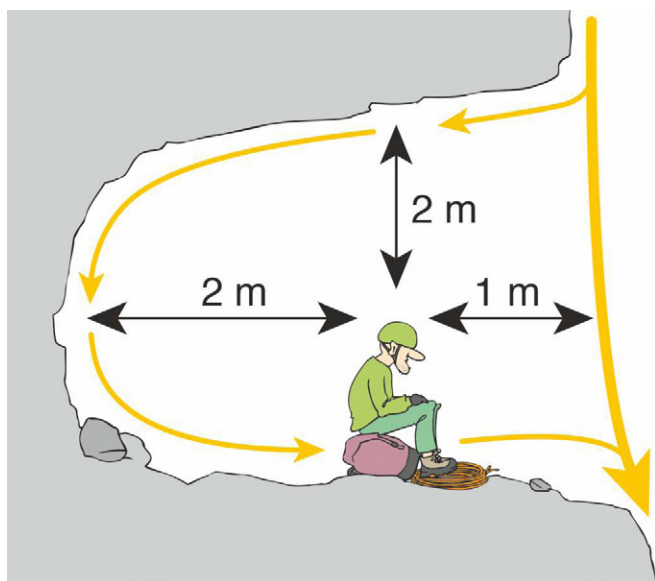
**Prawidłowy sposób mocowania lonży do uprząży za pomocą węzła krawatowego**



## 4 W razie zagrożenia burzą nie wchodź w via ferratę!

Wyładowania atmosferyczne są zagrożeniem dla życia. Poza tym deszcz, mokra skała i chłód podnoszą ryzyko odpadnięcia. W duszne i upalne letnie dni, często trzeba się liczyć z burzami. Sprawdź w prognozie pogody o jakiej porze może rozpętać się burza i pilnuj żeby wrócić z wycieczki wcześniej. Zaplanuj przejście tak, żeby mieć zapas czasu i zawróć w razie pojawienia się oznak zbliżającej się burzy np. szybko wypiętrzających się chmur kłębiastych i gwałtownych podmuchów wiatru. Chmury w kształcie kowadła, wyczuwalne w powietrzu ładunki elektryczne i opad gradu to już ostatnie ostrzeżenie przed zbliżającą się burzą.

Gdyby jednak kiedyś burza zaskoczyła cię w górach, wówczas odpowiednie zachowanie może uratować ci życie. W żadnym wypadku nie rezygnuj z asekuracji w terenie zagrożonym odpadnięciem.



## 5 Krytycznie oceniaj stan liny i jej mocowania

Spadające kamienie, ciężar śniegu, rozsadzający skałę mróz czy korozja mogą spowodować uszkodzenia stałych ubezpieczeń. Nigdy nie wchodź w zamkniętą ferratę! Na bardzo starych ferratach w wyższych górach (np. w Dolomitach) wskazana jest czujność - nie każdej ferracie można zaufać bez zastrzeżeń. Często już na podstawie pierwszych metrów ferraty można sobie wyrobić zdanie na temat całości. Bezwzględnie należy zwrócić uwagę czy ferrata jest oficjalnie „otwarta”, czy też „zamknięta” np. z powodu konserwacji. Uszkodzenia stałych ubezpieczeń wychodzą na jaw zwłaszcza wiosną. Zwracaj szczególną uwagę na końce lin stalowych za ostatnim punktem kotwienia - niekiedy są one niezabezpieczone!

## 6 Kontrola partnerska

Przed wejściem w via ferratę sprawdźcie sobie nawzajem napięcie uprząży, mocowanie lonży do uprząży i napięcie kasku. Skontroluj: uprząż partnera - czy pas biodrowy „siedzi” powyżej bioder, czy jest ciasno dopasowany i czy klamra jest prawidłowo zapięta; czy lonża jest prawidłowo połączona z łącznikiem uprząży za pomocą węzła (nie karabinka!); oraz czy kask trzyma się pewnie na głowie i czy pasek pod brodą jest zapięty.

Kontrola partnerska: każdy sprawdza swojego partnera i siebie.



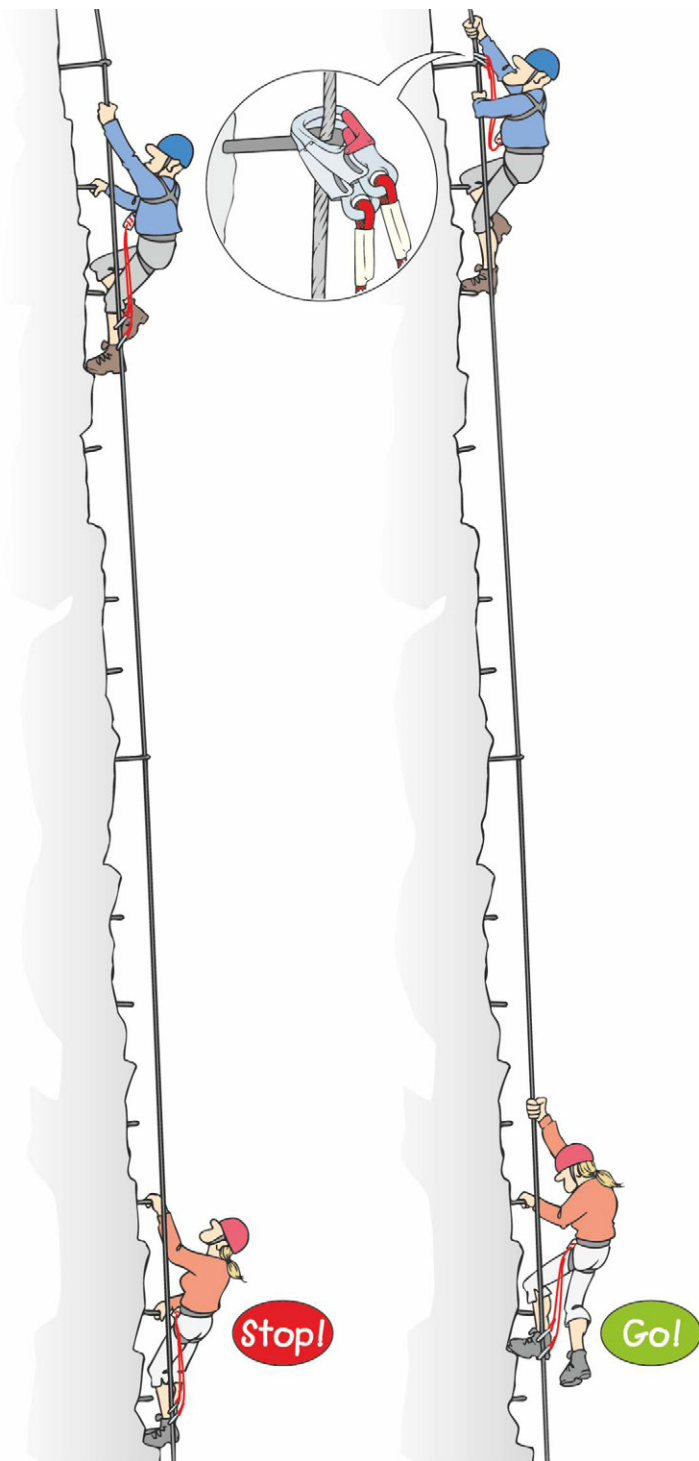
## 7 Zachowaj bezpieczny odstęp

Do liny asekuracyjnej pomiędzy dwoma punktami jej mocowania może być wpięta tylko jedna osoba.

Pilnuj aby na jednym odcinku ferraty (fragmencie pomiędzy sąsiednimi punktami kotwienia) znajdowała się tylko jedna osoba. Idący poniżej musi zachować odpowiedni odstęp od poprzedzającej go osoby, ponieważ w razie jej odpadnięcia, na skutek działania absorbera, spadnie ona parę metrów poniżej punktu kotwienia swojego odcinka.

**Uwaga!**  
**W razie odpadnięcia,**  
**spadająca osoba zawiśnie**  
**poniżej ostatniego punktu**  
**kotwienia.**

**Należy więc zachować**  
**bezpieczny odstęp od**  
**górnego odcinka ferraty.**



## 8 Uzgodnij szczegóły wyprzedzania

Czytelna komunikacja i liczenie się z innymi pozwala uniknąć niebezpiecznych sytuacji przy wyprzedzaniu i wymijaniu się na via ferratach.

Pamiętaj, aby przy spotkaniach na ferracie zawsze być wpiętym do asekuracji, nawet w miejscach, które są dla ciebie bardzo łatwe. Jeśli chcesz kogoś wyprzedzić, omów z nim krótko ten manewr i wybierz do wyprzedzania bezpieczne miejsce. Unikaj popularnych, zatłoczonych ferrat, na których trzeba się liczyć z zatorami.

## 9 Uwaga spadające kamienie

**Poruszaj się ostrożnie, aby nie strącać kamieni.** Przed spadającymi kamieniami chroni nas kask. Poza tym, staramy się nie zrzucić kamieni, w czym pomaga uważne stawianie stóp i unikanie nadmiernego pośpiechu. Dotyczy to zarówno samej via ferraty, jak również drogi podejścia i powrotu. Gdy strącisz kamień, ostrzeż innych wołając „Kamień!” (po niemiecku „Achtung Stein!”, po włosku „Sasso!”). Słyszając ostrzeżenie nie patrz w górę, tylko przytul się do ściany i poczekaj aż zagrożenie minie.



## 10 Szanuj przyrodę

**W góry dojeżdżaj środkami komunikacji publicznej lub umawiaj się z kolegami na podróż jednym samochodem. Nie zostawiaj po sobie śmieci, nie hałasuj.**

„Stowarzyszenia alpejskie angażują się, aby prawo dostępu do przyrody i gór zostało zachowane, a wprowadzane ograniczenia były poprzedzone starannym rozpatrzeniem różnych interesów. Unikanie konfliktów wymaga uwzględniania interesów innych, świadomości a w uzasadnionych przypadkach również ustąpienia.”