

Деятельность "Школы НП1, НП2"

Автор: kroke

29.12.2010 19:57 - Обновлено 06.02.2011 15:12



Информация по деятельности "Школы НП1, НП2":

итоги за ноябрь-декабрь

планы на январь-февраль

[Страница в Интернете](#)

итоги за ноябрь-декабрь, какие темы прошли и что смогли отработать:

- Передвижение по травянистым склонам (зигзагом в колонне, развернутой шеренгой)
- Самозадержания при помощи ледоруба
- Основные способы страховки (через плечо, поясницу, крюк, выступ, страховочное устройство восьмерка)
- Организация станций на одной, двух, трех точках из локальной петли и основной веревке
- Основные принципы организации точек страховки при помощи крючьев, закладных элементов, френдов
- Организация движения связок на маршруте (с одновременной страховкой - «тройка», движение связке по связке - «два+два», движение связок с попеременной страховкой - «два+три»)
- Основные способы транспортировки пострадавшего одним/двумя спасателями (на бухте веревки, при помощи 5-ти метрового slingа (оттяжки или репшнура), на рюкзаках)
- Прохождение П-образных перил; с рюкзаком; спуск «дюльфером» с подстраховкой автоблоком
- Основные узлы, применяемые в альпинизме
- Основы скалолазания. Работа ног и корпуса, смена ног в позиции отвес, как правильно брать и загружать ручные зацепы. Лазание с рюкзаком.

На период январь-февраль планируется:

Деятельность "Школы НП1, НП2"

Автор: kroke

29.12.2010 19:57 - Обновлено 06.02.2011 15:12

- Преодоления ледовых склонов с использованием кошек
- Способы вырубания ступеней во льду и передвижения по ним
- Подъем «зигзагом» по ледовым склонам с использованием связки по три (по два)
- Преодоление ледовых маршрутов в связках
- Преодоление снежных склонов
- Преодоление снежных маршрутов в связке
- Организация поисковых работ в лавинах
- Организация движения связок на маршруте (три двойке)
- Повторяем основные способы организаций станции
- Узлы, применяемые в альпинизме
- Прохождение П-образных перил
- Спуск по веревке (спортивным способом, классическим – дюльфером)

Ищенко Александр