



Основы безопасности

Требования к личному снаряжению гребца

- Гидрокостюм неопреновый
- Спасательный жилет (с паховой системой) + стропорез
- Каска
- На ногах ботинки/тапки не скользящая подошва
- Герма с документами, спичками, зажигалкой и плексом
- Верх системы с усом, карабин не муфтованный
- Ветрозащитный/защитный костюм (убраны все веревочки, капюшон)

Требования к катамарану/вещам

- Баллоны подкачены, упоры надежно привязаны
- Обвязка по всему катамарану
- К катамарану привязана «морковка»
- Чалка
- Запасное весло , которое снимается одним движением
- Рюкзаки привязываются на баллон, лямки внутрь, пояски застегнуты

Принципы прохождения препятствий

- Обязательный просмотр
 - Просмотр только в день прохождения, а не накануне
 - На просмотр идем с веслом
- Наметить линию движения
- Выставить страховку
- Прохождение определяющих препятствий допустимо только до 16.00

Виды страховки

- Пассивная
- Активная
- Страховка тандемом 😊
- «На живца» 😊

Принципы выставления страховки

- Страховка выставляется обязательно ниже препятствия (не напротив)
- Страховка выставляется на всех определяющих препятствиях или на препятствиях, линия движения которых не читается с воды
- Экипаж начинает прохождение только после сигнала о том, что страховка готова

Пассивная страховка

Спасательный конец, «Морковка»:

- Длинна 15-20 метров
- Нетонущая веревка
- Регулярно обновлять (со временем теряет прочность)



Пассивная страховка.

- Страховка с берега актуальна, если ширина потока не превышает 25-30 метров
- Страховка с берега применима и для судов и для человека
- Должны быть установлены как минимум 2 морковки подряд
- Морковка должна быть обязательно надежно привязана
- Страхующий обязательно стоит во всем снаряжении и выше по течению от веревки
- Длина страховочной веревки должна быть выверена до безопасного места
- Перед бросанием морковки обязательно крикнуть «морковка»
- Спасенного не вытягивают на веревке, а прибивают маятником к берегу
- Морковка кидается таким образом, что бы веревка легла на расстоянии 0,5 м перед спасаемым

Пассивная страховка. Действия спасаемого

- Никогда не пытайтесь удержать страховку руками
- Если вы на катамаране, то нужно обмотать пойманную веревку вокруг рамы в первую очередь, после этого закрепить
- Если вы идете самосплавом, необходимо встегнуть свой спасательный конец в веревку перед вами
- Ваш ус самостраховки должен выходить сбоку

Активная страховка

- Страховка судном с воды, ниже по течению от места предполагаемой аварии
- Экипаж на страховке должен держать судно так, что бы оно могло отчалить за секунды
- Страховка должна идти наперерез
- Необходимо убедиться, что страхующему судну ничего не угрожает
- При спасении отдельно плывущего человека его нужно «поймать» между баллонами
- При спасении катамарана его затапливают носами к берегу
- При выборе кого спасти первым – сначала человек идущий самосплавом

Активная страховка. Действия спасаемого

- Если вы на катамаране, помогаете веслами зачалить катамаран сидя на баллонах сверху
- Если вы идете самосплавом, ваша задача уцепиться за катамаран и оказаться между баллонами
- Не мешая экипажу работать выбраться на раму

Остальные виды страховки

- Страховка тандемом
 - Возможна только в опытной группе
 - Впереди всегда идет более опытный экипаж
 - Экипажи должны идти в зоне видимости
- «На живца»
 - Применяется только в экстренных случаях
 - Обязательно подстраховывать эту страховку

Действия при киле

- При киле главная задача оказаться а периметре катамарана
- Не выпускать весло!
- Если вы на катамаране, попытаться зачалить судно самостоятельно

Действия при самосплаве

- Плыть нужно в сидячем положении весло в руках, ноги вытянуты вперед
- Помогать веслом добраться до берега
- Стараться зайти в тень камня, и вылезти на него
- В бочке необходимо выпрямиться