

Отчет по Открытым Соревнованиям по Технике Спелеотуризма CaverCity,
проходившим 21/09/2013

Подготовила команда «1+1=1» (Дмитриева Ольга и Маринин Антон)

Часть 1: Антонио.

«Отчёт участника первых городских соревнований по спелестехнике, известного как Антонио!

Начнём. Хотя эти соревнования проводились впервые, полагаю, прошли они на высоком уровне. Особенно порадовали приглашённые артисты. Но и в целом обстановка царила дружеская и позитивная.

По правилам соревнований участие принимать в них необходимо было попарно, и на последнем этапе маршрута необходимо было спасти свою пару (т.е. провести имитацию спас работ), а в частности, спустить ее на землю после того, как она зависла на маршруте и прекратила какие-либо движения.

Выступать мы решили с Олей, и она усиленно тренировалась в течение месяца, и я, чтобы быть на высоте, также посещал тренировки, но не с такой завидной периодичностью. Так вот, главное в соревнованиях – это тренировки. Т.к. на опыте могут выехать только Питерцы, то посетить стадион перед соревами обязан каждый, и лучше более 5 раз, тогда будет результат. Вот как пример, этап по спасам: мы с Олей при первой отработке прошли за время около 6 мин, а вот после 3-4 повторов время сократилось до 2,5 мин. Отрабатывать и улучшать навыки необходимо на всех этапах, будь то параллельки, наклонка или тироль с узлом, при этом можно открыть для себя много нового, если подойти к процессу творчески.

Маршруты на соревнованиях были не сложными, но интересными. Из моментов, которые хотелось улучшить – это прохождение колеса на параллельках, т.к. я начал проходить его ногами вперед, пытаясь протолкнуть транс перед собой (транс я перед этим прикрепил на нижнюю веревку). Все же удобнее для меня залетать в него с разгона вперед головой (транс при этом не мешает) и затем просто его затянуть за собой! А когда спускаешься вниз, то транс удобно пристегнуть сбоку, что бы он не угодил в карем или еще куда-нибудь. Так же хорошо отработать перестежки на перилах, тут можно выиграть до 3-4 секунд на каждой.

А в целом разные соревнования дают многогранный опыт и поэтому нужно на себе ощутить всю прелесть участия».

Часть 2: Оля.

«Этап/маршрут №2_ «с колесом» (но мы начинали с него)

Начинался маршрут очень трогательно – с положения «обнявшись». На маршрут первой пошла я, т.к. спасы наша двойка тренировала в единственном варианте – где я была жертвой, точнее пострадавшей.

Начинался маршрут с *1 перестежки вверх, затем параллельки с колесом и 2 перестежки вниз* (если меня не подводит память в подсчете перестежек).

Первый косяк (за который нам вlepили штраф) был на «Не Великом, к сожалению, но Ужасном» колесе: оно висело не на третьей веревке, а на верхней параллельке, поэтому в верхнюю веревку нужно было щелкнуть третью точку страховки, где я и накосячила – щелкнулась в нижнюю, и в итоге, осталась с 2мя точками на нижней веревке, что Степурка увидел снизу лучше, чем я на расстоянии 30ти см от своего носа.

«Колесо на параллельках» я на тренировках всегда пролезала ногами вперед и на соревах я себе не изменила, но заметила, что большинство, а может, и все лезут руками вперед. Думаю, на

тренировках следует пробовать все возможные варианты, а к соревнованиям отрабатывать более удобный. Так что на след. тренировке попробую вариант «руками вперед»!

Еще небольшая трудность заключалась в том, что параллельки были натянуты не совсем параллельно, а немного вверх, поэтому в конце пришлось чуть-чуть подтянуться на руках.

Второй и, к счастью, последний косяк был на спуске с параллелек: транс неосмотрительно болтавшийся в ногах попал в карем, на чем я тоже потеряла время, т.к. не сразу это заметила, и транс пришлось несколько раз поднимать и перекидывать ч/з веревку (потому уже на другом этапе я при спуске на перестежках вешала транс сбоку на обвязку).

После перестежек веревка на спуске переходила в перила, поэтому нужно было быть внимательным, чтобы не выщелкнуться полностью и не потерять 1 точку страховки (на обоих этапах/маршрутах на перилах допускалась 1 точка страховки). «*Перила с колесами*» были веселые, особенно для миниатюрных и невысоких, хотя для некоторых «дядей Степ» они могли показаться заурядными, т.к. они запросто шагали из колеса в колесо, не моргнув и глазом. Мне, к счастью, прыгать тоже сильно не пришлось; транс здесь, конечно, лучше не тащить а вешать на плечо.

Перила вели к *колесу на земле* – ма-а-аленькому такому колесу. Я залезала в него левым боком руками вперед, а вылезала на спине, чтобы все железо оказалось на животе и нигде не застряло. Однако наблюдала за матёрыми: они лезли на четвереньках вперед (снаряга болталась снизу, но им это не мешало и получалось так, по-моему, намного быстрее).

Из колеса перила шли *вверх на дерево с 1 перестежкой и сразу вниз тоже с 1 перестежкой* – на спасы. Возле дерева транс оставляли, хотя в противном случае спасы получились бы куда интереснее, для зрителей уж точно, но, возможно, и травматичнее...

На спуске после перестежки нужно было вместо спускового устр-ва щелкивать кроль, спускаться кроль-жумар, зависнуть на уровне красной метки и ждать спасателя, руки при этом держать за спиной, чтобы физически не помогать и не мешать ему. Спасаемому после зависания лучше веревку не оставлять м/у ног, а вынести сбоку. *Спасы* пролетели быстро: мы их усиленно тренировали, т.к. до тренировок к соревам мы их пробовали только один раз и немного боялись запороть.

После спуска партнеры отстегивались друг от друга, хватали транс и бежали к бордюру, где заканчивался маршрут. У меня транс зацепился каким-то образом за ветку дерева, так что я ее чуть не вырвала, но до финиша-таки добежала.

Этап/маршрут №1 «с наклонкой»

На втором маршруте, я, к счастью, уже так не волновалась, как на первом, что очень помогло: маршрут прошла без косяков и на удивление самой себе быстро.

Я снова пошла первой, хотя изначально мы планировали поступить наоборот. Но перед самым маршрутом судья сказал, что тому, кто пойдет первым 2й партнер сможет помочь тем, что будет держать (натягивать) нижнюю веревку наклонки, что облегчает ее прохождение. Т.к. такая привилегия достается только первому партнеру, то мне, как девушке, уступили место. *Наклонка* оказалась не такой длиной и совсем не страшной, дальше была *тиролька* и *спуск с узлом*.

Раньше я все время проходила узел «спортивным» способом, но когда начала готовиться к соревнованиям, поняла, что с трансом это будет тяжеловато, поэтому к ним отработала физически более легкий способ с использованием кроля.

Веревка на спуске с узлом (как и на предыдущем маршруте) не заканчивалась, а переходила в *перила*, поэтому здесь тоже нужно было следить за точкой страховки. Перила вели в горочку через «дупло» к дереву, где с 1 перестежкой нужно было подняться вверх и с 1 перестежкой спуститься вниз. Как я уже писала выше, на этот раз я все-таки повесила транс сбоку и не пожалела об этом, т.к. на дереве было много веток и им можно было угодить куда-нибудь не туда! Финиш был на бетонной плите возле навески.

Больше всего нас тормозило (с моей стороны):

- волнение и неопытность (особенно на первом маршруте), от чего тряслись руки
- слишком сосредотачивалась на прохождении маршрута и забывала подавать команды партнеру, хотя он мог уже двигаться дальше по маршруту.

Выводы: спокойствие и только спокойствие; не лениться пробовать все возможные варианты прохождения маршрутов и наиболее удобный доводить до совершенства (желательно с секундомером); если соревнуешься в двойке, то не «уходить с головой в себя», а помнить про партнера и про команды».

Надемся, эти заметки окажутся полезны, удачи! ;)