

Pływamy bezpiecznie!

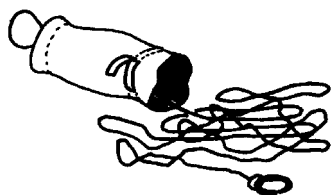
Rzutka

Jacek Starzyński

„Już po przepłynięciu kilkunastu metrów czuję, że ta woda jest dla mnie za silna. Liczne fale spowalniają kajak, pulsujące bąble przerzucają mnie co chwila spod jednej ściany kanionu pod drugą — nie ma co mówić o świadomym wyborze drogi. Wreszcie dopływam jednak do wodospadu. Już pierwszy próg pokazuje, że nie powinienem próbować przepłynięcia tego odcinka Boevry. Kajak zatrzymuje się w odwoju, mimo wysiłków nie potrafię się z niego wydostać. Zaczyna mi brakować powietrza — kabinuję się i już płynąc obok łódki „skaczę” drugi próg. Kręcąc się w kolejnym odwoju czuję nagle na twarzy dotyk liny. Chwytałem się jej rozpaczliwie, z wdzięcznością myśląc o Ryšku, który wiedział, w którym momencie rzucić rzutkę.”

Ten fragment moich wspomnień z wyprawy do Norwegii w 1989 roku jest dosyć typowy. W czasie pływania po rzekach górskich wielokrotnie bywałem w opresji, z której wybawiała mnie lina rzucona przez kolegę asekurującego mnie z brzegu. Już na pierwszym wyjeździe szkoleniowym na Dunajec nauczyłem się z rzutką obchodzić, wpojono mi też przekonanie, że rzutka jest dla grupy kajakarzy płynących rzeką górską tak samo niezbędną, jak wiosła.

Konstrukcja rzutki



Rys.1: Budowa rzutki

Rzutka to 15–25 metrów miękkiej, mocnej, pływającej liny (najczęściej wykonanej z polipropylenu) o średnicy 8–10 mm. Na jednym końcu tej liny jest umocowany jest pływak z pianki poliuretanowej schowany w worku z mocnego materiału. Rzutka powinna mieć jaskrawy kolor. Worek powinien być wyposażony w zamknięcie, umożliwiające szybkie przygotowanie do rzutu — zatrask, rzep, itp.

Zastosowanie

Rzutka to podstawowy sprzęt ratunkowy i asekuracyjny. Powinna ona wchodzić w skład indywidualnego wyposażenia każdego kajakarza pływającego po trudnych wodach i każdego instruktora prowadzącego spływ.

Rzutka służy przede wszystkim do wyciągania z wody zagrożonej osoby, bez narażania ratownika na niebezpieczeństwo. Zastosowanie rzutki do ratowania tonącego w odwoju za sztucznym progiem było już omawiane w 1(47) numerze KiM. Rzutka może też być stosowana do ubezpieczania ratownika wchodzącego do wody, do wyciągania i opuszczania kajaków przy trudnych przenoskach i do wyciągania kajaków zaklinowanych pod drzewami, skałami, itp. Te bardziej specjalistyczne zastosowania omówimy jeszcze dokładnie w kolejnych odcinkach tego cyklu. Tutaj chcielibyśmy się skupić na podstawowym zastosowaniu rzutki.



Scenariusz użycia rzutki jest pozornie prosty: stojący na brzegu ratownik na wiazuje kontakt z ratowanym (krzyczy „rzutka!”), a następnie rzuca mu worek z liną, której drugi, wolny koniec trzyma w ręku. Po uchwyceniu liny przez ratowanego ratownik przyciąga go do brzegu.

Praktyka pokazuje, że mimo tej prostoty zastosowanie rzutki sprawia wielu osobom poważne problemy. Przeanalizujemy więc dokładnie zagadnienia najważniejsze, decydujące o powodzeniu akcji ratowniczej.

Perspektywa ratownika

Skąd rzucać?

Najważniejsze jest właściwe przygotowanie akcji ratunkowej. Asekurację rozstawiamy nieco poniżej trudnych miejsc, w taki sposób, aby osada, która się przewróci miała czas na wyjście z kajaka i ujrzenie lub usłyszenie ratownika. Najlepiej jest rzucać rzutkę osobie znajdującej się na tej samej wysokości, co ratownik. Jeżeli ratowany spłynął już poniżej, to trudniej trafić rzutką blisko niego, a w przypadku niecelnego rzutu, nie ma już szansy na jego powtórzenie. Miejsce, z którego rzucamy powinno być otwarte (łatwo jest zaplątać linę rzucając rzutkę z krzaków) i zapewniać nam utrzymanie równowagi w momencie holowania ratowanego (jego ciężar może np. ściągnąć do wody ratownika stojącego na mokrej, śliskiej skale).

Ważny jest też wybór miejsca, w którym ratowana osoba dobieje do brzegu. Woda w tym miejscu powinna to być możliwie spokojna, a brzeg niezbyt stromy. Należy pamiętać, że wyciągana z wody osoba może być zmarznięta, osłabiona, zszokowana.

Jak rzucać?

Po ustawieniu się na asekuracji należy rozpiąć worek rzutki, wyjąć z niego około 1 m liny i upewnić się, że będzie o co zaprzeć się w momencie holowania ratowanego. Ręką rzucającą chwytaamy worek, wolny koniec liny przekładamy za plecami wokół bioder lub przez ramię. Nie należy przywiązywać do niczego

(także do siebie!) wolnego końca liny, ale jeżeli na asekuracji stoją dwie osoby, to jedna z nich może trzymać wolny koniec liny, a druga rzucać rzutkę.

Jeżeli chcemy rzucić rzutkę, to należy, o ile to tylko możliwe, starać się najpierw nawiązać kontakt z ratowanym (krzyknąć). Następnie rzucamy rzutkę, starając się trafić workiem w pobliże ratowanego. Stosowane są dwie techniki rzutu: zamachem z dołu, z boku i zamachem zza głowy. Najlepiej jest ćwiczyć celne rzuty obydwoma metodami, gdyż w praktyce może być możliwe zastosowanie tylko jednej z nich (np. trudno jest rzucić zamachem od dołu stojąc w wysokich trzcinach). Lepiej jest rzucić za daleko, tak aby lina upadła na wodę troszkę poniżej ratowanego, niż za blisko i powyżej.

Holowanie

Po uchwyceniu liny przez ratowanego najlepiej jest usiąść i zaprzeć się o coś nogami. Jeżeli ratowany pływa z prądem rzeki, to najlepiej spromować go do brzegu, tylko trzymając linę. Jeżeli istnieje konieczność wybierania liny (np. gdy ratowany kręci się w odwoju), to należy to robić równomiernie, bez silnych szarpnięć. W momencie, gdy ratowny dopływa do brzegu często dobrze jest troszeczkę poluzować linę, co powinno ułatwić ratowanemu wstanie na nogi.

Perspektywa ratowanego

W czasie kabinowania się staramy się trzymać jedną ręką wiosło. Po kabinie należy starać się podплыwać do dzioba lub rufy kajaka i chwycić się go. Następnie przekładamy wiosło do tej samej ręki, która trzyma kajak.

Pamiętajmy jednak, że zdrowie i życie jest ważniejsze niż sprzęt! W przypadku zagrożenia należy puścić go i myśleć przede wszystkim o ratowaniu siebie!

Jeżeli ujrzymy osobę rzucającą rzutkę, lub usłyszymy okrzyk „rzutka”, to najlepiej jest wyciągnąć rękę (jeżeli nie trzymamy sprzętu, to rozłożyć ręce), aby stanowić większy cel. Po uchwyceniu rzutki obracamy się na plecy i trzymamy linę przy piersi: taka pozycja ułatwia oddychanie. Następnie dajemy się dociągnąć do brzegu. Wstajemy na nogi, gdy woda jest płytsza, niż do połowy uda. Przy silnym prądzie niebezpieczne jest zarówno brodenie w zbyt głębokiej wodzie gdzie po zaklinowaniu nogi (np. między kamieniami) można zostać wciągniętym pod wodę, jak i pływanie w zbyt płytkiej wodzie, gdzie można łatwo się o coś uderzyć.

Trening

Użycie rzutki trzeba opanować, a następnie powtarzać systematycznie ćwiczenia, mające na celu doskonalenie następujących umiejętności:

- Zasięgu i celności rzutu: należy ćwiczyć rzuty do nieruchomego i ruchomego (np. kamizelka uwiązana na linie i ciągnięta po trawie) z odległości 10-15 metrów. Za celny rzut uważa się trafienie nie dalej, niż 0.5 metra od celu.
- Szybkości przygotowania rzutki do ponownego użycia: należy umieć wykonać 3 celne rzuty w ciągu 2 minut (licząc od pierwszego wyrzucenia).

Przy ponownym rzucie można stosować dwie techniki. Pierwszy sposób polega na przydepnięciu wolnego końca rzutki, złożenia wybieranej liny w luźny stos na brzegu i rzut workiem wypełnionym wodą (nie należy wkładać do worka kamieni). Drugi sposób polega na zwijaniu liny w luźne kręgi do rzucającej ręki (podobnie jak przy buchtowaniu) i rzut tak złożoną liną.

- Właściwego wyboru miejsca do ustawienia rzutki: decydującą rolę odgrywa tu doświadczenie i umiejętność czytania wody.

Jaka rzutka?

Gdzie i za ile kupić

Rzutki można kupić w sklepach wodniackich. Osobiście najbardziej lubię rzutki niemieckiej firmy hf, które można nabyć w sklepie firmy Pro kajak w Krakowie (także sprzedaż wysyłkowa). Ceny rzutek zaczynają się od 70 PLN.

Zrób to sam: rzutka

Doskonałą rzutkę można też wykonać samemu, choć nie będzie ona tańsza od kupionej w sklepie. Potrzeba do tego:

- 1: 17–20 metrów miękkiej, pływającej liny, najlepiej w jaskrawym (żółty, pomarańczowy, czerwony) kolorze, o średnicy nie mniejszej niż 8 mm i wytrzymałości nie mniejszej niż 5 kN (500 kG),
- 2: kawałka mocnego (gruby ortalion itp), jaskrawego materiału, o wymiarach około 50×50 cm,
- 3: 50 cm mocnej taśmy krawieckiej ze sztucznego tworzywa o szerokości ok. 2 cm (świetna jest taśma alpinistyczna, ale nie rurowa),
- 4: dwa kawałki: 15 cm i 25 cm plastikowego węża o średnicy wewnętrznej nieco większej niż lina,
- 5: walca o średnicy około 10 cm i wysokości 7–10 cm wykonanego z miękkiego polistyrenu dobrej jakości (nie styropianu),
- 6: dwóch mosiężnych oczek krawieckich,
- 7: mocnego, nierdzewnego (może być plastikowy) zatrzasku.

Wykonanie:

1. Z materiału szyjemy worek w kształcie walca o średnicy takiej, jaką ma walec polistyrenowy (będzie on pływakiem w naszej rzutce). Worek powinien być uszyty na maszynie, mocną nitką ze sztucznego tworzywa (bawełniana po pewnym czasie zgnije i przerwie się). Około 5 cm powyżej górnej (otwartej) krawędzi worka wszywamy jeden koniec taśmy.
2. W dnie worka wycinamy dwa otwory, w które wstawiamy oczka krawieckie — oczywiście najlepiej zrobić to po skrojeniu, ale przed zszyciem worka.

3. Na taśmie montujemy zatrzask krawiecki tak, aby górny koniec worka można było owinać taśmą i zamknąć na zatrzask. Lepiej zrobić to (a raczej poprosić o zrobienie w punkcie usługowym montującym zatrzaski) już po uszyciu worka: zatrzask pozwoli nam wzmocnić mocowanie taśmy do worka.
4. W walcu polistyrenowym wykonujemy dwa otwory tak, aby pasowały one do otworów w dnie worka.
5. Wciskamy walec polistyrenowy na dno worka (zwracając uwagę na dopasowanie otworów) i przeciągamy przez otwory linę: lina wchodzi do worka, przechodzi przez otwór w pływaku, wychodzi przez jeden z otworów w dnie worka, przechodzi przez wąż plastikowy (tworząc w ten sposób dość sztywną 20 cm pętlę — uchwyt) i wraca do worka przez drugi otwór w dnie i drugi otwór w pływaku. Pętlę w worku zawiązujemy przy pomocy węzła ratowniczego (skrajnego tatrzańskiego).
6. Na drugim końcu liny zawiązujemy przy pomocy podwójnej ósemki drugą pętlę, usztywniając ją przez przeciągnięcie liny przez drugi kawałek węża.
7. Chowamy wolny koniec liny do worka (pętla pozostaje na zewnątrz!) i zapinamy worek na zatrzask. rzutka jest gotowa.