

Arrampicata: Sicurezza

La responsabilità è un fattore fondamentale nell'arrampicata. Perciò è importante che bambini e giovani imparino ad assicurarsi correttamente al loro compagno di ascesa.

Da parte sua, l'insegnante ha il compito di fornire una buona assistenza durante i primi tentativi d'arrampicata.

Vanno controllati accuratamente i nodi di collegamento e di assicurazione, nonché il comportamento adottato dagli allievi. A poco a poco, anche gli arrampicatori devono imparare a controllare il partner in modo corretto.

I nodi

Per scalare una parete d'arrampicata sono sufficienti due nodi.

Il primo è il cosiddetto nodo di collegamento, ovvero il nodo a otto che viene infilato direttamente nelle asole dell'imbracatura.

Il secondo è un nodo di assicurazione, il mezzo barcaiolo, che serve ad assicurare il compagno di cordata che sta sotto e viene agganciato al moschettone collegato all'imbracatura dell'assicuratore.

La cordata

Bisogna distinguere l'arrampicata Top-Rope dal ruolo di capocordata. Il primo metodo, che prevede l'assicurazione della corda dall'alto, è molto sicuro ed è adatto per i principianti. Il ruolo di capocordata esige invece dallo scalatore la gestione della propria protezione attraverso l'agganciamento della corda negli ancoraggi intermedi.

In entrambi i casi, l'assicuratore si trova ai piedi della parete e non perde di vista un attimo il compagno, controllando che la corda non si afflosci mai.

Arrampicarsi in tutta sicurezza

Chi pratica l'arrampicata in palestra deve osservare alcuni punti. In questo documento sono presentati gli aspetti più importanti legati alla sicurezza.

Grimper en sécurité



Quattro occhi sono meglio di due: nell'arrampicata è buona regola procedere ad una doppia verifica

Fonte: inserto pratico mobile, 71/2010, Hanspeter Sigrist



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO