

Лекция 6.

Техника пешеходного туризма

20 января 2016 | 19:00 - 22:00

Краткое содержание

Заполнение маршрутной книжки и общение с маршрутно-квалификационной комиссией

Общие сведения | состав группы | график движения | схема маршрута | сложные участки | аварийные выходы с маршрута | материальное обеспечение группы | ходатайство в МКК | результаты рассмотрения в МКК | заключение МКК | контрольные пункты и сроки | отметки о страховании | отчёт

Техника пешеходного туризма

Труднопроходимый лес | болото | перевал | виды склонов: травянистый, осыпной, снежный, скальные и ледовые склоны | лавины | ледники | несчастный случай в походе

Заполнение маршрутной книжки и общение с маршрутно-квалификационной комиссией

[\[наверх\]](#)

МАРШРУТНАЯ КНИЖКА - документ, позволяющий идти в спортивный поход.

Заполняется перед походом. Скачать можно на сайте туристско-спортивного союза ([ссылка](#)).

Общие сведения

[\[наверх\]](#)

В поле «группа туристов» можно просто написать: города Санкт-Петербурга.

Маршрут - коротко, нитка маршрута.

Заместитель руководителя, тренер - специфические поля для групп, в которых действительно есть такие люди. Например, в походах 6 кс есть заместитель руководителя.

Контактный телефон - тот, который в Петербурге, действующий.

Состав группы

[\[наверх\]](#)

Эта страница - первая, которую смотрит член МКК. Он проверяет заявленный опыт. Для этого нужны справки о предыдущих походах или предыдущие маршрутные книжки (если одна и та же группа идёт). Если всё ОК, член МКК расписывается.

- Место работы - пункт из советского прошлого, некий рудимент, связанный с тем, что часто от одного предприятия/завода шла целая группа.
- Контактные телефоны указываются те, по которым можно позвонить в городе кому-либо из родственников, знакомых. Когда маршрут завершён, группа сообщает об этом в МКК. Если в установленные сроки вестей от группы нет, по этим контактным телефонам будут звонить и спрашивать, вернулся ли турист домой.
- Туристский опыт - только по тому виду туризма, по которому идём. Иногда бывает, что для допуска к походу необходимо указать опыт из другого вида туризма - тогда указываем.

Всем участникам необходимо расписаться в книжке. Тогда они принимают на себя ответственность за всё, что произойдёт. Рисовать подписи за всех опасно, пусть распишутся все за себя.

Что бывает, если всё уже подписано и вдруг кто-то не пошёл? Вычёркиваем из книжки участника и при выходе на маршрут сообщаем, что вышли все, кроме N. Если надо дописать человека, то вписываем и опять идём в МКК, и члены МКК должны написать, что заявка разрешена.

График движения по маршруту по дням [\[наверх\]](#)

- Дату пишем от начала выезда из СПб (если все едут из СПб). Дни пути считаются от первого ходового дня.
- Километраж пишем, который прогнали по карте курвиметром, и пишем, что это по карте, также пишем, какова генерализация. Когда будем писать отчёт о походе, понятно, что будут отличия, пройденный реально километраж может быть больше.

В п.3.2 вторая подпись члена МКК, которая утверждает маршрут.

3.3. - запасные варианты (не аварийные), которые должны быть.

Схема маршрута [\[наверх\]](#)

Книжка пишется в двух экземплярах: один у группы, второй - в МКК. В книжке, которая в МКК, должна быть вклеена\вложена карта или схема такая, по которой спасатели в случае чего смогут группу искать, понимая ясно маршрут.

Сложные участки маршрута [\[наверх\]](#)

Факультативный пункт. Он показывает, что при составлении маршрута вы думали об этих вещах и вообще куда-то смотрели. Здесь пишутся только определяющие категорию препятствия.

Аварийные выходы с маршрута [\[наверх\]](#)

Почти никогда не заполняются. Сюда надо писать только в том случае, если есть особенности. Для того, чтобы, если пойдут искать, знали, как мог измениться маршрут и, соответственно, зона поиска.

Материальное обеспечение группы [\[наверх\]](#)

Групповое/личное снаряжение - только то, которое служит для преодоления определяющих препятствий.

- **Общественное.** Палатки, тенты, котлы - это не пишется. Верёвки, жумары - да.
- **Личное.** Одежда - не писать, каска - писать.

Не забыть расписаться за то, что изложили (руководитель похода расписывается и ставит дату).

Ходатайство в МКК [\[наверх\]](#)

Дань истории, этот пункт пропустить. Как было раньше: идёте в свою комиссию местную, если у неё нет полномочий, она направляет в вышестоящую ходатайство. Сейчас неактуально.

Результаты рассмотрения в МКК [\[наверх\]](#)

Заполняет МКК, что вы всему соответствуете. Тут третья подпись члена МКК о том, назначается или не назначается контрольный выезд на место члена МКК за счёт группы. На сегодняшний день для походов ниже 5 кс это не практикуется.

Заключение МКК

[\[наверх\]](#)

Для 1 кс и 2 кс это всегда - устно с фотографиями. Исключение - если похожего отчёта нет в библиотеке, уникальное место. Письменно составлять необходимо только если хотите получить разряд по спортивному туризму.

Контрольные пункты и контрольные сроки

[\[наверх\]](#)

Теоретически это должна нам выдавать МКК, но на практике мы сами пишем, откуда мы собираемся посылать в МКК информацию о том, что мы вышли на маршрут. А вот дата окончания - варьируется.

В конце член МКК ставит четвёртую подпись, потом расписывается председатель комиссии, ставят треугольный штамп и записывают группу в журналы.

Отметки о страховании

[\[наверх\]](#)

Когда заявляемся в туристский поход, надо страховку оформить. На каждого участника или на всю группу, не меньше 100 тыс. рублей для 2 к.с.

Есть страховки, которые включают риски, полученные при определённом виде спорта. И надо обязательно в договоре прописывать вид туризма, всё конкретно. В каждом туризме свои риски и нюансы, которые прописываются в договоре страхования.

У Мумий-Троллей и у Пика есть свои агенты, знакомые с экстремальным туризмом.

Отчёт

[\[наверх\]](#)

Вернулись из похода - сдать отчёт.

Когда приходите защищаться, заранее делаете справки. Берёте там же, на сайте ТСС:

- [ссылка](#) на Сборник нормативных документов по спортивному туризму на 2001-2004г, см. приложение 6;
- [ссылка](#) на Правила проведения соревнований туристских спортивных походов, путешествий и организации спортивных туров. Необходимо скачать документ (в самом низу страницы, после текста) и посмотреть там приложение 6.

Заполняется достаточно просто, единственная сложность: есть там вид препятствия и кс этого препятствия. Горному туризму просто, у них с кс препятствий всё понятно. Что касается пешего туризма, там растительный покров, например, можно написать. Писать только высшую категорию по каждому препятствию, которое у нас было, и только один раз (если было три одинаковых препятствия одной кс, писать один раз).

Как защищать отчёт?

- **Устно** - договариваетесь с членом МКК, показываете фотки, рассказываете, оформляетесь быстренько.
- Как писать отчёт **письменно**. Первый раз писать вдумчиво, а потом - по накатанной, берёте предыдущий и по пунктам переписываете, меняя содержание. Для судейства общее впечатление от отчёта зачастую важнее содержания, поэтому писать много технических деталей. Романтические детали не надо! Самый важный пункт отчёта для судейской комиссии - пункт 5, первопрохождения. Если есть какие-то первопрохождения, пошли в новый район или какой-то новый перевал, за такие вещи дают больше всего баллов.

Техника пешеходного туризма

[\[наверх\]](#)

Аксиома, относящаяся ко всем видам рельефа: **Не спорь с тропой, тропа умнее.** Если вы видите, что на рельефе уже есть тропа, и она по-дурацки изгибается, то идите по всем изгибам. Сохраннее будете.

Труднопроходимый лес

[\[наверх\]](#)

Протяжённые препятствия начинаются с растительного покрова. Какой покров больше всего мешает идти? Труднопроходимый лес: тайга, бурелом, овраги и прочие вещи.

Есть некая техника движения по труднопроходимому лесу. Рассказывать о ней смешно, надо в лесу показывать, но пару вещей скажу.

- **Сучки:** очень важно при прохождении по такому лесу не наступить на сучок и не получить сучком по лицу. Нужно не запинаться и не падать, при падении можно пропороть насквозь руку выпирающим сучком.
- **Ветки.** Во многих книжках встречаются рекомендации: предупреждать сзади идущего криком "ветка" при отгибании веток. Это неправильный совет. Гораздо лучше просто растянуться на пять метров друг от друга, чтобы ветки не могли попасть по лицу. Не приближайтесь ко впереди идущему - вот и всё.

Болото

[\[наверх\]](#)

Ещё одно протяжённое препятствие, которое раньше все обходили, а теперь зачем-то лезут — болото. Болото не так страшно, как его показывают в фильмах. Техника движения по болоту:

- Относится, кстати, не только к болоту, а **ко всем видам рельефа, одна из аксиом: Не спорь с тропой, тропа умнее.** Если вы видите, что на рельефе уже есть тропа, и она по-дурацки изгибается, то идите по всем изгибам. Сохраннее будете.
- Есть болота, по которым можно идти, но там ни встать, ни сесть. Здесь нужна **выносливость:** поскорее пройти до участка, на котором можно сделать привал.
- Как определить, что вы идёте по болоту, под которым уже прямо вода. Если вы идёте и в каких-то метрах от вас возникают небольшие волны. В таком болоте утонуть уже можно, но не обязательно. Зависит от крепости того места, по которому вы непосредственно идёте. Мера безопасности простая: **иметь шест, крепкий, длинный и толстый.** Он может быть тяжеловат, зато поможет при опасности.
- Впереди идущего можно привязать **верёвкой.**
- Есть рекомендация: в рюкзаке все вещи завернуть в **полиэтиленовые мешки**, тогда рюкзак обретёт некоторую плавучесть. Есть даже экзотический способ переправы через реку: на рюкзаке, набитом полиэтиленом.
- Техника движения по болоту: есть один хороший приём. Делаете **слеги**, т.е., брёвна толщиной примерно с руку, метра три, чтобы были подъёмными. Четыре штуки. Две штуки кладёте и идёте по ним. Две - в руках. Не доходя немного до конца слег, протаскиваете те, что в руках, дальше, и меняете слеги местами. И так изображаете шагающий экскаватор. В группе слеги длиннее, и последний через всю группу передаёт слеги по рукам вперёд. Это очень медленно, но зато работает.
- Не надо лезть в болота, если они покрыты **пушицей.** Это трава, после отцветания которой остаются белые остатки. Это значит, что болото либо труднопроходимое, либо

непроходимое. Пушица растёт на жидком торфе. Если в болоте есть стоячая вода, не надо в него лезть.

- Существуют способы определить проходимость болота путём сжимания торфа в руке; можно почитать о них в интернете, они редко используются.

Перевал

[\[наверх\]](#)

У перевала есть два склона: по которому поднимаетесь и по которому спускаетесь. При планировании маршрута смотрим на табличку перевала на карте, там написана характеристика склонов.

Склонов бывает 5:

1. Травянистые
2. Осыпные
3. Снежные
4. Скальные
5. Ледовые

Ну и комбинированные - из вышеуказанных.

Все категории сложности переправ, болот и прочего написаны под кальку с перевалов - с них всё начиналось. Обсудим категории сложности перевалов.

У нас есть локальные препятствия: вершины, траверсы... Вершина имеет разную кс в зависимости от стороны залезания. При планировании маршрута нужно понимать, с какой стороны залезаете, от этого зависит категория маршрута. Пример: Эльбрус. Классический подъём на Эльбрус со стороны приюта 11 - кс 2А (был 2Б). На ту же западную вершину можно залезть с другой стороны и это будет уже 5А кс.

На перевал лезут с самой простой стороны всегда, и кс перевала соответствует кс этой стороны. Исключения из этого правила:

- Очень многие перевалы меняют кс в зависимости от времени года, в горах выпадает снег и это может очень сильно изменить кс перевала.
- Многие перевалы неравноценны с разных сторон: с одной стороны легко подняться, с другой будем долго-долго спускаться. Соответственно можно включить в маршрут радиалку на этот перевал и залезть на него с простой стороны и написать категорию этой стороны, а не перевала.
- Бывают перевалы, по которым ходишь в связке: поднимаешься на один перевал, спускаешься не до конца, а в какой-нибудь горный цирк, и потом сразу на другой перевал, и тогда кс снижается. Связка перевалов записывается как один перевал с кс сложнейшего перевала.

Для того, чтобы перевал входил в число препятствий, определяющих сложность маршрута, необходимо пройти его целиком: подняться по одной стороне, слезть по другой.

Категории перевалов:

К.С.	Что за перевал?	Как проходим?	Время прохождения Т1, время технической
------	-----------------	---------------	---

			работы группы при прохождении Т2
1А	простые снежные и скальные склоны с крутизной до 30 градусов. Могут быть ледники, но без трещин. Могут быть крутые травянистые склоны, но без камней.	На таком перевале пользуемся простейшими способами самостраховки, не связываемся друг с другом, не вешаем перила.	Т1: 4-8 часов Т2: 0
1Б	Крутизна от 20 до 40 градусов. Могут быть закрытые ледники, зоны трещин. Тут уже просто так пешком ногами не сходишь. Надо применять коллективные методы страховки.	Либо ходьба в связках по закрытым ледникам, либо навеска перил (длин перил - не более одной верёвки)	Т1: 10 часов Т2: 1-4 часа
2А	Закрытые ледники, появляются участки ледопадов. Участки, проходимые по перилам, существенно длиннее.	Необходимо при навеске перил делать точку перестёжки и вешать вторую верёвку, иногда третью.	Т1: 6-10 часов Т2: 5-10 часов
2Б	В принципе правила пешеходного туризма не разрешают ходить по перевалам выше 2А, но для информации: Крутизна склона более 40 градусов. Длина перил может быть 200 или 300 метров, бывает, 16 верёвок подряд можно повесить.	Характерный момент: ночёвка на перевале. Залезли, заночевали, слезли.	Т1: 8-16 часов Т2: 5-10 часов

Виды склонов и их особенности

[\[наверх\]](#)

Травянистый склон

[\[наверх\]](#)

Самые простые перевалы с травянистыми склонами, не крутые. Опасны тем, что кажутся простыми, а могут таить опасности. Есть свои приёмы прохождения, как ставить ноги и т.п. Рассказывать глупо, в походе будем учиться. Опасности:

1. Под травой не видно камней. Большая часть камней, которая прилетает, прилетает из-под ноги товарища. На траве легко столкнуть камень, не подозревая о том, что он там есть.
2. Травянистый склон подмерзает. Поскользнувшись на нём, можно очень сильно полететь. Во время падения схватиться за неё сложно: она мокрая и скользит. Способ борьбы с этим: достаём кошки и идём как по льду.

Осыпной склон

[\[наверх\]](#)

Осыпной склон: основной из долгих локальных препятствий. Бывают мелкие, средние и крупные. Отличать научитесь мгновенно, проведя полтора часа в горах.

- Мелкая сыпуха - от песка до камушка 1/20 часть ботинка. Спускаться по ней - удовольствие, демпфирует ногу и всё хорошо. Опасность: бараньи лбы. Плоские камни, которые могут скрыться под сыпухой. Хорошо, если такой лоб не длинный. **Как вести себя?** Очень хочется по такой мягкой сыпухе бежать бегом и большими скачками. Но надо оценивать крутизну склона. Если он не крут, то вперёд. Если крут, то идти медленно. Так выше шансы вовремя почувствовать лоб вместо сыпухи под ногой и остановиться, обойти.
- Средняя осыпь: булыжники соразмерные ботинку. Необходимо уметь отличать живую сыпуху от мёртвой. Если есть солнце, всё просто: свежие следы сколов блестят на солнце – значит, камни лежат ненадёжно. Мёртвая сыпуха - серая и покрытая лишайниками – чёрно-серыми пятнами, тусклая.
- Крупная осыпь - камни размером с человека и более. Опасность тут есть - упасть в щель между камнями. Ещё бывает, что большие камни лежат на других камнях, и достаточно немножко нажать - и он начнёт качаться и сбросит вас с себя самого. В общем, невзирая на размеры, камни могут быть неустойчивы.

При движении по осыпи надо всегда помнить: вы не одни, с вами группа. На осыпи все растягиваются, одни убегают вперёд, другие сзади. Нужно всегда смотреть, кто под вами. Идёте, например, зигзагом, дошли до точки, развернулись – проверяйте, кто под вами, и ждите, пока пройдёт.

Варианты, как летит столкнутый камень: пролетел чуток и встал, либо пролетел до низу, ускоряясь.

Падая, камень не летит по прямой, а меняет траекторию при каждом отскоке. Поэтому к нижеидущим относиться очень внимательно.

В принципе, научиться ходить по сыпухам несложно, но нужно регулярно тренироваться, и тогда и усилий меньше затрачиваешь, и камни на головы товарищам не роняешь. Скорость движения по сыпухе у участников очень разная, особенно когда ведёшь группу новичков. Это нужно учитывать при подготовке похода.

Снежный склон

[\[наверх\]](#)

На крутых склонах ходим, организовывая страховку.

Лирическое отступление. Самое милое дело на ледовом склоне - страховка. Правильно закрутил ледобур - значит, застрахован. Второй склон по надёжности страховки - скальный. Если крюк забит правильно, то тоже можно практически не волноваться. Здесь много зависит от опыта, конечно.

Снежный склон отличается от скал и льда тем, что страховку там можно организовать практически в любом месте, но страховка самая ненадёжная. Забить ледоруб, какой-то крюк - в значительной степени это психологическая страховка, а не надёжная. Есть способы это дело ужесточить: снежные якоря, прочие прибабасы, но берут их редко. Начиная от 3 кс.

Скальные, ледовые склоны и переправы

[\[наверх\]](#)

Скальные и ледовые склоны: не будем затрагивать, потому что рассказывать долго, и у нас будут выезды. Там про технику и поговорим.

Про переправы тоже не будем говорить, потому что мы уже переправлялись, умеем вешать верёвки и так далее.

Лавины

[\[наверх\]](#)

Главная опасность на снежном склоне - не потеря страховки, а лавина.

С точки зрения крутизны склона лавиноопасны от 25 до 55 (хотя были случаи и 15-20 градусов)

Лавины:

- Осов. После долгого накопления снежная масса отрывается и, проехав какое-то время по рыхлому мягкому снегу, останавливается на том же склоне.
- Лотковые. Основные. Проходят по жёлобообразному виду рельефа несколько раз в год (или в день) по одному и тому же пути. Если в лесу в горах, например, есть просека, то это то самое место. Также бывают лавинные конуса, в которые всегда сходят лавины.

Разновидность: прыгающие лавины. Снежная масса разгоняется и потом прыгает на обрывистом рельефе. Появляется новый фактор поражения: ударная волна. Сосны ломает как спички. Прятаться за деревом нельзя, под скалой только. Конусов не оставляет, потому что разбивается на снежную пудру и просто оседает внизу.

Опасность: забивает нос, рот, уши. Люди задыхаются. Как бороться: закрыть шарфом рот и нос.

- Снежная доска. Есть склон, покрытый слежавшимся снегом. Верхний слой начинает таять. Вода стекает под снегом на небольшое расстояние и замерзает. Получается слой льда под слоем снега. Под этим слоем льда уплотнённый снег, который под силой тяжести отходит ото льда. Образуется пустота. В какой-то момент доска эта может под собственным весом оторваться.

Лавинные склоны нельзя пересекать поперёк!

В интернете есть масса рекомендаций, как себя вести в лавине; масса рекомендаций, как себя вести, чтобы в лавину не попасть.

- Лицо замотано
- Лямки рюкзака ослаблены и ремень расстёгнут
- Лавинный шнур должен быть
- Лыжные палки от рук отвязать

Ледники

[\[наверх\]](#)

- Открытый - тот, на котором нет снежного покрова; все трещины видны невооружённым глазом
- Закрытый - трещины под снегом, не видно их.

По леднику всегда ходить в связках. Лучше пройти в связке по снежнику, приняв его за ледник (в связке), чем пройти по леднику, приняв его за снежник. Лучше переключаться, чем недокланяться.

Трещины:

- Сужающиеся книзу

При падении в результате трения лёд плавится, а после падения и заклинивания - замёрзнет снова, и помимо заклинивания вы вмёрзнете. Шанс быть выковыранным есть.

- Расширяющиеся книзу

Падение просто до конца. Шанс выжить: а) Товарищи грамотно поймали, вы были привязаны; б) Снег на дне трещины, падение не смертельно.

Связки бывают двойки, тройки и четвёрки. На скалах часто двойки, на льду - четвёрки.

Несчастный случай в походе

[\[наверх\]](#)

Причины могут быть объективные и субъективные. На разбирательстве ответственность на человека не вешается, если причины объективные.

Объективные причины:

1. Воздействие природы, которое невозможно предвидеть или которое на данном маршруте для данной природы нехарактерно.
2. Недостаток снаряжения, который невозможно выявить нормальными имеющимися у нас способами.

Пример. Если карабин ломается, а без рентгена невозможно было предвидеть такую ситуацию, то это объективная причина.

Во всех остальных случаях виноват кто-то конкретный. Однако все участники похода подписываются в маршрутной книжке под тем, что они понимают, куда идут.

Все несчастные случаи грубо делятся на две группы:

- На вас что-то упало сверху
- Вы сами упали куда-то

45% всех несчастных случаев - водные (у водников и у остальных туристов на переправах)

45% - горные (падения, камнепады, лавины)

13% тяжёлых несчастных случаев - походы 1 к.с.

22% тяжёлых несчастных случаев - походы 2 к.с.