

Ledno plezanje, Mlačca, 28.1.2012

28.1.2012 smo v okviru alpinistične šole organizirali skupno turo za tečajnike, generacije 2011/2012, s tematiko lednega plezanja. Kot je na odseku že v navadi smo se odpravili v sotesko Mlačca, ki omogoča varen pedagoški proces in v trenutnih lednih razmerah odlične pogoje.

Na začetku je bila tečajnikom odpredavana vsa snov, ki smo jo nameravali obdelati na skupni turi, kasneje pa so tečajniki stvari preizkusili še sami, da se ne bi učili kot butalski kovači. Tekom predavanja jim je bila najprej predstavljena oprema za ledno plezanje, ter prednosti in pomankljivosti posameznih izvedb različnih cepinov in derez. Večina govora o opremi je bila na temo derez, cepinov, vijakov in dodatnih pripomočkov za ledno plezanje, pogovorili smo se tudi o prednostih plezanja ledu brez paščkov, kar so tečajniki preizkusili tudi kasneje na točkah. Tekom predavanja je bilo govora še o učinkovitem gibanju v ledu, tehniki stopanja z derezami, zabijanju cepinov v led, ter ravnotežnemu položaju, ter položaju plezalca pri vrtanju vijakov za varovanje. Predstavili smo tudi dva načina za izdelavo sidrišča za spust po vrvi in sicer sidrišče abalakov, ter sidrišče za spust na ledni vijak. Predstavljene so bile prednosti in slabosti vsakega od teh dveh sidrišč, ter okoliščine, v katerih ju uporabimo.

Po teoretičnem uvodu so se tečajnike razdelili v štiri skupine. Dve skupini sta plezali, dve pa sta med tem delali na točkah. Ena točka je bila gibanje v ledu, kjer so tečajniki podrobneje in v praksi spoznali pravila učinkovitega gibanja v ledu. Poudarek je bil predvsem na stopanju z derezami, ter položaju telesa med plezanjem. Tu je bilo tudi več govora o plezanju brez paščkov, stegnjenem položaju rok, itd. Druga praktična točka je bila izdelava sidrišč za spust. Tu so tečajniki v praksi izdelali sidrišča za spust, vsak oba tipa, ter ponovili pomembne malenkosti pri izdelavi. Prav tako so v praksi spoznali uvijanje vijakov v led, težave v primeru suhega, krhkega ledu in različne tipe ledu. Omeniti velja še peto skupino, ki je poskrbela za naše lačne želodce in pripravila hotdoga za celotno odpravo! Ne turi so bili na voljo tudi Haribo bonboni, kar vsekakor velja pohvaliti!)

Poudarek na turi je bil predvsem na praktičnem delu. Vsi tečajniki so izdelali sidrišča za spust sami, ne pa da jim bi bilo to samo pokazano. Prav tako je bila zelo praktično naravnana tudi točka gibanje v ledu, kjer je vsak tečajnik posebj bil deležen nasvetov za učinkovitejše plezanje. Menim, da je pri alpinistični šoli pomembno predvsem to, da se tečajniki učijo izkustveno in ne kot že omenjeno, po principu butalskega kovača. Tečajniki praviloma kažejo veliko mero zanimanja za podajano snov in jo tudi zelo učinkovito absorbirajo. Menim, da je začetno zagnanost in zanos tečajnikov potrebno izkoristiti, ter jim dati možnost, da se na turah naučijo čim več stvari v praksi. Kar se vidi zgolj z očmi, se hitro pozabi in tudi tečajnikom ni toliko zanimivo.

Mislim da smo se vsi, tako tečajniki, kot tudi tisti, ki smo sodelovali v pedagoškem procesu imeli dobro in se tudi do sitega naplezali. Kdor je bil tega željan, se je domov lahko odpravil vročih podlahti in bolečega vratu od gledanja navzgor, v neizprosni vertikali ledu v Mlački. Hvala vsem, ki ste sodelovali v pedagoškem procesu in tečajnikom za pogostitev, ter zainteresiran pristop k turi!

Jaka Rován

Udeleženci:

Pedagoški proces:

1	Aleš Bardorfer
2	Jaka Rován
3	Matic Standeker
4	Tina Leskošek
5	Matija Valič

Tečajniki:

1	Erika Kozamernik
2	Mitja Čok
3	Andraž Štefanič
4	Jaka Novak
5	Igor Gabrijelčič
6	Rok Marzel
7	David Valenčič
8	Ana Rebec
9	Andrej Grlica
10	Luka Kac
11	Jure Vešligaj
12	Jan Munda
13	Nejc Eber
14	Špela Sitar
15	Andraž Skvarča
16	Žiga Tanko
17	Špela Osredkar