

FREERIDE - DESKANJE IZVEN UREJENIH PROG (s poudarkom na varnosti)

Svobodno vožnjo izven urejenih prog, ki jo označuje izraz freeride, delimo na štiri skupine:

- turno (gibanje v neokrnjeni naravi),
- variantno (ob urejenih progah – za vzpon uporabljamo žičniške naprave, spuščamo pa se izven urejenega smučišča),
- ekstremno (deskanje na skrajnih nakloninah z ogromnimi skoki in velikimi hitrostmi),
- alpinistično (spusti po stenah, ozebnikih in grapah z najvišjih vrhov. Vzpon je sestavni del spusta in potrebujemo alpinistično opremo).

Opisi različnih nevarnosti, ki so podani v tekstu, so le grobi in služijo kot opozorilo. Vsak, ki se bo ukvarjal z deskanjem izven urejenih prog, bi moral biti za to tudi ustrezno izobražen in usposobljen. V ta namen svetujemo udeležbo na različnih gorniških tečajih in seminarjih, branje literature s tovrstnega področja, deskanje v družbi izkušenega gornika ali deskarja in podobno.

To pravilo ne velja samo za tiste, ki imajo namen deskati z Mt Everesta, temveč tudi za številne variantne deskarje. Dobra dostopnost tega načina deskanja nas ne sme zavajati, saj lahko do sprožitve plazu pride tik ob smučišču.

Nevarnosti, ki prežijo na deskarja, delimo na dve skupini: subjektivne in objektivne. Subjektivne povzročimo sami s svojim ravnanjem, na objektivne pa praviloma nimamo vpliva.

V nas samih se skrivajo naslednje nevarnosti:

NEZNANJE

Neznanje in preslabo obvladovanje deske glede na hitrost in razmere. Za freeride potrebujemo izdelano tehniko in veliko izkušenj na urejenih progah v najrazličnejših razmerah. Postopoma dvigujmo raven strmine in izpostavljenosti terena izven urejenih smučišč. Najbolje se je učiti v družbi izkušenejših, ki nas bodo poučili o ustrezni tehniki vožnje in nevarnostih. Tudi iz vidika varnosti morajo biti skupaj najmanj TRIJE deskarji – v primeru nesreče gre eden po pomoč, eden pa ostane s poškodovanim. V takšnih primerih se izkaže tudi ustrezno znanje PRVE POMOČI.

PRETIRAVANJE

Pretiravanje oziroma precenjevanje lastnih sposobnosti je najbolj pogosto v skupini deskarjev. Čeprav ne smemo deskati sami, ne smemo pozabiti na lažen občutek varnosti, ki ga daje skupina. Dokazovanje pred drugimi in neprilagajanje najslabšemu velikokrat peljeta v nesrečo! Tudi dolžino in višino skoka je potrebno pravilno izbrati glede na naše sposobnosti, predvsem pa preveriti globino snega in teren ob doskoku.

UTRUJENOST

Zmanjšuje koncentracijo in sposobnost koordinacije gibov ter zaznavanje dogajanja. Vzrok je običajno v pomanjkljivi psihofizični pripravljenosti, pomanjkljivi prehrani in dehidraciji. Najnevarnejša je prav dehidracija, ki nastane zaradi povečane telesne aktivnosti in suhega zraka v gorah. Takrat, ko začutimo žejo je običajno že prepozno, zato moramo izgubljeno tekočino nadomeščati že prej.

PODCENJEVANJE NARAVE

Podcenjevanje narave in razmer se največkrat pojavi takrat, ko vzpon in spust ne potekata po isti trasi; ne poznamo niti terena, niti vrste snega ali dejanske strmine in terena, katerega bomo uporabili za spust. Do tega prihaja tako ob peš vzponih, vzponih, kjer uporabimo žičniške naprave, še posebej pa takrat, ko za pristop uporabimo helikopter.

POMANJKLJIVA OPREMA

Pomanjkljiva oprema ali neuporaba le te je dokaj pogosta. Običajno je to deskanje brez varnostnega traku, manjkajoči vijaki na vezeh, narobe nastavljene ali počene vezi, nevzdrževani robniki, neuporaba opreme (npr. dereze, cepin)... Neuporaba očal in zaščitne kreme v gorah imata za posledico opekline, pa tudi očesno vnetje ali snežno slepoto.



V gorah se lastnim napakam pridružijo tudi **objektivne nevarnosti**, na katere sami nimamo vpliva, čeprav je ta razlaga lahko zavajajoča. Če deskamo ob peti stopnji nevarnosti snežnih plazov in nas plaz tudi zasuje, je to naša lastna napaka.

VREMENSKI OBRATI

So najpogostejša težava, še posebej megla. Vreme se v gorah izredno hitro spreminja in med deskanjem v prijetnem soncu in minus 20 stopinjami Celzija v megli je le majhen korak.

MRAZ

Zmanjšuje reakcijski čas in razpoloženje, v skrajnih oblikah pa povzroča ozeblino, zmrzline in podhladitev. Mraz je najnevarnejši v kombinaciji z VETROM, ki občutek mraza izredno potencira. Pri vetru, ki piha s hitrostjo 50 km/h 0 stopinj čutimo kot minus 18 stopinj celzija, pri nižjih temperaturah pa se razlika še povečuje. Pri freeridu je uporaba kakovostne in primerne opreme nujna.

MOČNO SONCE

V nasprotju z mrazom pa je lahko nevarno tudi močno sonce, ki na 1000 višinskih metrov za kar 15% povečuje sevanje (UV žarkov). Zaradi močne odbojnosti okolice se žarki še odbijajo in tako povečujejo vpliv na nas tudi v oblačnem vremenu. Močno sonce lahko povzroča plazove snega, na naši koži in ustnicah opekline, očesno vnetje ali snežno slepoto in ob direktnem delovanju na glavo sončarico.

DEHIDRACIJA

Ob velikem naporu je s tem povezana tudi DEHIDRACIJA, ki ob močnejšem potenju in dihanju zahteva vnos večjih količin tekočine in mineralov (izotonični napitki ali sol).

TIP SNEGA

Ima velik pomen, saj po predirajoči skorji načeloma ne deskamo, na poledenem snegu pa desko morajo zamenjati dereze in cepin. Posebej nevarni so poledeneli JARKI, ki jih izdolbejo plazovi in kotaleče se kamenje. Na KAMENJE moramo paziti tudi v ozkih grapah ali pod strmimi stenami, ko je nevarno predvsem ob odjugu.

VIŠINSKO BOLEZNIJO

Z višinsko boleznijo se lahko srečamo že na bližnjih avstrijskih ledenikih. Zaradi hitrega pridobivanja višine z modernimi žičničskimi napravami se odvisno od telesa vsakega posameznika pojavijo težave z dihanjem in glavobol. Ob hujših težavah se moramo takoj vrniti v dolino.

LEDENIŠKO RAZPOKO

Vanjo lahko pademo že 100 m od urejenega smučišča na Moelltalu, zato ne deskajmo tam, kjer terena ne poznamo dovolj natančno. V Sloveniji so najbolj pogoste LUKNJE, ki se pojavljajo v apnenčastem alpskem svetu. Manj nevarne, a vseeno neprijetne so kotline z ruševjem, kamor se lahko pogreznemo.

PLAZOVI

Največji problem za vsakega deskarja predstavljajo PLAZOVI, saj se največkrat sprožijo v območju od 35 do 40 stopinj strmine, ki je najboljše za deskanje. Ob novozapadlem snegu, ki ponuja največje užitke, se sproži tudi veliko plazov.

Če se že ne moremo upreti skušnjavi, zmanjšajmo možnost sproženja plazov na minimum. Deskajmo po relativno varnih terenih, ki so: hrbti, grebeni, blage vesine, gozd, ruševje (če ni popolnoma zasneženo), področja brez napihanega snega, med skalami in podobno. Pri deskanju ne režimo celotnega pobočja. Če že moramo prečiti pobočje, počnimo to čim višje in ne skupinsko. Prečkanje delamo čim hitreje in nežno. Uporabljajmo lavinsko žolno, sondo in lopato, kar je daleč najboljši način za rešitev izpod plazu.



Ob morebitnem sproženju plazu skušamo zaviti na njegov rob ali iz njegove smeri. Če je možno, tudi odpnemo desko. V primeru, da nas zasuje, poskušajmo zaščititi dihalne poti in si narediti čimveč prostora. Ne obupajmo, ko se stemni in ne trošimo moči z vpitjem, ker zvok težko prodre na površje. Samoodkopavanje večinoma ni uspešno, čeprav seveda poskusimo. Če smo uporabljali lavinsko žolno in jo prijatelji znajo uporabiti, moramo le počakati na pomoč. Sicer je možnost za preživetje relativno majhna...