

САМОСПАСЕНИЕ ИЗ ПОЛЫНИИ

Учебный практический семинар

Проводился 18.01.2014 на базе кайтсерфклуба "Сенеж", присутствовали:

руководитель клуба "Сенеж" Василий Илюхин

Кайтеры клуба Змей.ру: Алексей Левин (aka lalex), Алексей Степанов (iheaven), Иван Ефремов (Vanio), Дмитрий ... (Mityaika), Артем Седов (Mawerick), Владимир Хоменок (Vladimir_) и другие.

Туристы кайт-лыжники клуба МАИ: Алексей Тимошенко (AlexTim); Дмитрий Чижик; Валерий Семенов.

Ирина Дементьева (Риш, от клуба Raceyou как фотооператор)

Для затравки поглядели полу-шуточные, полусерьезные норвежские фильмы из серии ["On Thin ice"](#). Полезно увидеть, как человек уверенно чувствует себя на льду, в легкой одежде и без, не просто в полынье, а и подо льдом, на битом льду, в морской открытой воде глубокой осенью, зимой, весной.

Часть 1: изучение опыта.

В. Илюхин поделился своим опытом многократного попадания в полыньи и проваливания под лед в разной обстановке - случайно и ожидаемо, на кайте, пешком, с парусной монолыжей, с двухлыжкой, осенью и весной. Показал свои фильмы на эту тему, фотографии разного типа льда. Рассказал, какой лед бывает на Сенеже, особенности видов льда, насколько что опасно. Какие случаи попадания под лед были на Сенеже, давно и в последнее время. Основные его выводы - надо знать свой водоем, изучать все его особенности, жить на берегу, если возможно, или часто бывать, "дружить" со стихией. Идя на лед в неподходящую погоду по той или иной причине, надо быть готовым в любой момент к проваливанию, это помогает не впасть в панику. Надо знать, как выбираться из полыньи, быть привычным к ледяной воде, пробовать выходить на лед у берега со страховкой. Тогда можно всегда вылезти, сразу отстегнув лыжи, без технических средств. Хорошо если средства есть, но и без них - возможно. На лед лучше выдвигаться с воды спиной, так меньше риска проломить ледяную кромку заново. Если есть течение, или разваливающийся весенний "кристаллический" лед, ситуация может сильно осложниться, и не всегда есть возможность придти на помощь провалившемуся. Целый залив, большие пространства льда могут оказаться в таком кашеобразном состоянии, и помощь от обычных людей не придет, а спасатели с лодками не успеют (

Послушали про другие случаи попадания в промоины, в битый лед, от тех кто попадал или занимался плановым форсированием битого, ломающегося, тонкого льда на реках и озерах в зимнее и весеннее время (iheaven, AlexTim, lalex).

Рассмотрели камерально минимальные технические средства для страховки на ненадежном льду, их устройство и принципы применения.

Спасательный конец водника (спасконец Александра). Рассматривался изготовленный фабричным способом спасконец, штатной длиной 25м, но бывают и другие размеры. Толстая 6мм мягкая веревка уложена последовательно в продолговатый мешок, выпущена наружу сквозь днище мешка, снабжена петлей, удобной для захвата рукой. В днище заложена плавучесть – деревянный или пенопластовый плотный круг. Плотная набитая веревка создает при бросании необходимую массу и легко вылетает из мешка без запутывания. Возможно изготовление приспособления своими силами, как и другие конструктивные решения.



Спасательные шилья: металлические заточенные стержни, на прочных рукоятках, приспособленные для постоянного ношения с собой. Те, что на фото – фирмы Normark, удобно вставляются друг в друга, могут размещаться на шее и почти не мешают ходить, можно быстро выхватить одно шило из другого.





Часть 2. Практические занятия

Проводились возле проруби, сделанной в толстом надежном льду.

Бросание спасконца водника. Выводы - обычный человек может бросить конец на 10-12 м, тренированный - на 15-20м.



Обычную веревку можно бросать почти с тем же успехом, если снабдить небольшим отягощением (карабин, ледобур). Вербка, однако, может путаться при броске, требует предварительной укладки. Спасконец проще бросить первый раз, так как он уложен заранее. После броска веревку не обязательно снова укладывать. Достаточно аккуратно сложить веревку рядом, чтоб не спуталась, а внутрь мешка положить утяжелитель

(одежду, лед, карабин) и можно снова бросать. Бросать как спасконец, так и веревку с колен или лежа, в любом случае сложнее, чем стоя, получается недалеко. В любом случае нужна тренировка – именно это решающее в данном случае, а не снаряжение.

Передвижение по льду на шильях, без помощи ног. Даже если лед шершавый, покрыт толстым снегом, вполне возможно быстро отползти на десяток метров, дальше начинаешь уставать. По гладкому льду можно двигаться без проблем довольно долго.



Погружение в прорубь как имитация проваливания под лед. Для лыжников-кайтеров из МАИ это было плановое учение, часть подготовки к походам по морскому арктическому льду. Полная, но обычная одежда, горнолыжные ботинки, горные лыжи. После погружений выяснилось, что лыжи отстегнуть (точнее, сбить) можно без особых проблем и задержек, вылезти прямо с лыжами на твердый край - тоже можно. Шилья не применялись, другие спасательные средства тоже, никто "тонущим" не помогал.

[Видеорегистрация тренировки](#)





Часть 3. Подведение итогов

Обсудили всю информацию, прежний и свежий опыт, как присутствующих, так и известный из надежных источников. Приняли следующие рекомендации как для себя, так и для остальных кайтеров-серферов-лыжников:

а) По подготовке, тактике и по приемам:

- Условия были хоть и приближенные к боевым, но не боевые. В реальности тяжелый рюкзак, длинные лыжи, и главное, тонкий скользкий лед, серьезно осложняют ситуацию.

- Одежда не промокает сразу. В первые минуты выбраться проще, однако человек это время, бывает, тратит на панику. Исходя из этого, не стоит терять время на непроверенные способы спасения. Например, если после двух-трех взмахов кайтом вылезти не удастся (кайт упал, нет тяги и т.п.), нужно выбираться на лед обычными способами, пока есть силы и плавучесть. Если рюкзак не тяжелый, то он поначалу играет роль поплавка. После его придется снимать, так как он наберет воду и будет лишним грузом. Расстегнуть рюкзак в воде реально.

- Нужно быть готовым к проваливанию в любой момент, двигаясь по явно ненадежному льду, в неустойчивую погоду. Если погода устойчиво-морозная, и лед кажется прочным – двигаемся в обычном режиме. При изменении погоды или при появлении каких-либо тревожных признаков даже в стороне от маршрута – в случае, например, резкого потепления, перехода снега в дождь, рыхлого льда, открытых трещин, полыней, испарины, подвижек льда в зоне видимости и других тревожных признаков – готовимся к худшему. Нужно снизить скорость, ослабить крепления и пряжки, если это нужно, привести спасательные инструменты (шилья, веревки) в рабочее положение. Также не забыть подготовить средства связи, включить нужные каналы, набрать заранее номера телефонов. Повторить последовательность действий команды и отдельных ее членов в случае попадания под лед, морально подготовиться, таким образом. Опаснее всего неожиданность, паника, она занимает первые ценные минуты, которые как раз и являются решающими.

- Вылезти на твердый лед или доломать тонкий на небольшое расстояние до твердого можно достаточно быстро, это грозит только царапинами открытых частей тела. Однако

так будет в том случае, если нет отягощающих факторов: паники, резкого охлаждения, спазмов, тяжелого рюкзака, течения, резкого изменения погоды, когда лед разваливается сразу на больших пространствах, и тому подобного.

- Холодовая подготовка, душ и купание в ледяной воде хорошо готовят организм к первым минутам погружения. Но даже без спецодежды и большого опыта можно не замерзнуть. У подготовленных людей время пребывания в воде растягивается, но не бесконечно.

б) По снаряжению:

Спасконец и спасательные шилья - средства компактные, удобные, простые, их несложно применять. Они не гарантируют стопроцентно благоприятного исхода сами по себе, но тем не менее их должен иметь и уметь применять каждый, кто находится на льду, даже внешне надежном. Фирменные приспособления применяются или самодельные, не так уж важно, они имеют простое устройство, их нетрудно приобрести и несложно изготовить самостоятельно. Однако не следует думать, что просто взять их с собой решит проблему. И спасконец и шилья нужно правильно подготовить, заранее потренироваться в применении, правильно разместить на себе, чтобы были под рукой в нужный момент и не мешали в остальное время. Шилья, как правило, размещаются на шее. Спасконец водника - под клапаном рюкзака или в специальном кармане.

Рекомендуется применение *спасжилета*, облегченного типа, с небольшой плавучестью. Конкретные модели мы не рассматривали, но несложно сделать нечто подобное самостоятельно, из ткани и пенополиуретана, например, или пенопласта.

Плотно закрытый *рюкзак* держит первое время, придавая дополнительную плавучесть, потом постепенно намокают и могут мешать выбраться. Плотно сидящий тяжелый рюкзак и туго затянутая *трапеция* также могут быть причиной нарушения кровообращения, на холоде. Для быстрого избавления от рюкзака рекомендуется перешить пряжку на рюкзаке с "защелки" на [самосброс](#), продаётся в любом турмагазине. В воде такую пряжку на порядок легче расстегнуть. Трапеция также желательно с отстрелом.

Плотная верхняя одежда первое время держит, за счет слоя воздуха. Специальное термобелье, толстое, или хотя бы тонкое - рекомендуется, если держит тепло во влажном состоянии. В этом желательно убедиться заранее.

Гидрокостюмы закрытого и открытого типа, безусловно, снижают риск. Подходящие модели почти полностью гарантируют от переохлаждения даже в ледяной воде. В них можно спокойно работать, например, передвигаться по воде и битому льду на значительное время. Однако надевать их на все время движения мало кто согласится, а применять по ситуации для спасения других – вряд ли получится. Времени на одевание уходит много, несколько минут.

Горные лыжи не являются серьезным отягощением, но нужно тренироваться их снимать ногами, без рук, желательно под водой, может быть, снимая ботинки. Вполне реально выбираться на лед прямо в них. В опасной обстановке лучше иметь короткие лыжи, с ними легче выбираться. В любом случае нужно заранее распрощаться с лыжами, и не усердствовать, сохраняя их. Сноуборд в этот раз не рассматривался.

Применение раций, телефонов, сигнальных средств - не рассматривалось, так как семинар был посвящен, главным образом, самоспасению.

Даже зная и применяя все вышеописанное, нельзя гарантировать полностью благоприятный исход при попадании в ледяную воду в любой ситуации. Каждый спортсмен решает сам, рисковать ему или нет в той или иной сомнительной обстановке, и несет за это полную персональную ответственность.

Напоследок, приводится стандартная инструкция МЧС для самоспасения из полыньи. Это наиболее проверенные советы, и их нужно знать назубок, прежде чем выходить на лед

