

Apstiprinu  
Nīcas novada domes  
izpilddirektors Andrejs Šakals  
2017.gada \_\_\_\_\_

---

## Kāpšanas sienas lietošanas un drošības noteikumi

### I. Vispārējie noteikumi

1. Noteikumi nosaka Nīcas sporta halles kāpšanas sienas lietošanas un drošības noteikumus.
2. Kāpšanas sports ir bīstams sporta veids, kurā kāpējs atrodas līdz 9 m augstumam virs zemes, tāpēc personām jāapzinās visi riski, stingri jāievēro lietošanas un drošības noteikumi un instruktora/trenera/sporta skolotāja (turpmāk – atbildīgā persona) norādījumi, lai novērstu negadījumu iespējamību.
3. Atrodoties pie kāpšanas sienas, papildus ir jāievēro Nīcas sporta halles iekšējās kārtības noteikumi.
4. Nīcas sporta hallē kāpšanas nodarbības notiek noteiktos laikos saskaņā ar grafiku. Kāpšanas nodarbības notiek pēc iepriekšējas pieteikšanās pa tālruni Nr. 63452284 vai 25638442.
5. Kāpšanas sienas komplekso pārbaudi veic atbilstoši sertificēti eksperti vienu reizi divos gados.

### II. Kāpšanas sienas vispārējie lietošanas noteikumi

6. Par kāpšanas sienas lietotāju (turpmāk – kāpēju) var kļūt jebkura persona, kas atbilst šo noteikumu prasībām, speciālas fiziskās sagatavotības pārbaudes nav nepieciešamas.
7. Kāpšanas sienu atļauts izmantot personām no 4 gadu vecuma, kuru svars nepārsniedz 100 kg:
  - 7.1. personām līdz 11 gadu (ieskaitot) vecumam - tikai vecāku (aizbildņu) klātbūtnē. Atbildību par šo personu drošību uzņemas vecāki (aizbildņi);
  - 7.2. personām no 12 līdz 18 gadiem - tikai ar vecāku (aizbildņu) atļauju. Vecāki (aizbildņi) atļauju dod vienu reizi pirms pirmās nodarbības, personiski iepazīstoties ar kāpšanas sienas lietošanas noteikumiem un parakstoties žurnālā.
8. Iepazīstināšanu ar noteikumiem veic atbildīgā persona. Katru reizi kāpēji pirms kāpšanas parakstas instruktāžas žurnālā par "Kāpšanas sienas lietošanas un drošības noteikumu" ievērošanu.
9. Kāpšanas sienu atļauts izmantot **tikai atbildīgās personas vadībā un uzraudzībā.**
10. Kāpšanas nodarbībām netiek pielaistas personas, kuras atrodas (vai ir pamatotas aizdomas) alkohola vai citu psihotropu vielu ietekmē, vai kuru uzvedība var radīt draudus pašam kāpējam vai citām personām.
11. Kāpšanas nodarbībās kāpējs ir atbilstošā sporta apģērbā un apavos. Vēlamas speciālas kāpšanas kurpes. Nodarbību laikā jānovelk gredzeni, ķēdītes un citas rotas lietas, jānodrošina garu matu savākšanā tā, lai tos nevarētu ieraut drošības āķos u.tml.
12. Kāpēji (līdz 11 gadu vecumam – vecāki vai aizbildņi) paši ir atbildīgi par savu veselības stāvokli.
13. Kāpējs individuāli izvēlas vai atbildīgā persona iesaka kāpšanas maršruta grūtības pakāpi atbilstoši kāpšanas spējām.
14. Kāpējiem bez ierunām jāievēro atbildīgās personas norādījumi.
15. Inventārs un citas personīgās mantas, kas netiek izmantotas kāpšanas laikā, jānovieto ārpus kāpšanas un drošināšanas teritorijas.

### III. Atbildīgā persona par kāpšanas sienu un drošību

16. Atbildīgā persona ir kompetenta kāpšanas drošības jautājumos un pārvalda ekipējumu un tā pielietojumu.

17. Atbildīgā persona pirms kāpšanas nodarbības veic kāpšanas sienas un inventāra vizuālu pārbaudi un sagatavošanu, kā arī veic uzraudzību kāpšanas nodarbību vai sacensību laikā. Ja rodas aizdomas par kādu defektu vai nepilnību, tad viņam ir pienākums nepieļaut nodarbības uzsākšanu vai nekavējoties pārtraukt kāpšanu attiecīgajā maršrutā vai visā kāpšanas sienā un par novēroto defektu jāziņo sporta centra vadītājam.

18. Atbildīgajai personai pirms kāpšanas vienmēr **jāpārlicinās vai ir aizskrūvētas drošināšanas karabīnes**, vai pareizi veikta pieāķēšanās un vai partneris ir gatavs uzsākt drošināšanu.

19. Atbildīgā persona nenes atbildību par dalībnieku personīgā inventāra nepareizu pielietojumu vai tā bojājumiem.

#### IV. Kāpšanas sienas aprīkojums

20. Kāpšana un drošināšana veicama tikai ar sertificētu sporta halles inventāru (UIAA, CE).

21. **Nepieciešamais minimālais ekipējums uz kāpšanas sienām, kuras aprīkotas ar drošības stacijām, ir:**

21.1. alpīnisma iekare "drošības josta" (sēdeklītis, sistēma);

21.2. alpīnisma virve (dinamiskā) vismaz 10 mm paredzēta kāpšanai zālē;

21.3. 1-2 karabīnes, kas sertificētas lietošanai alpīnismam, **obligāti ar fiksējamu** (skrūvējamu vai pusautomātisku, vai automātisku) **mufi (aizdari)**;

21.4. personālā drošības ierīce, Reverso, "astotnieks", vai kāda no mehāniskajām drošības ierīcēm.

#### V. Drošības noteikumi

22. Kāpšana notiek ar drošināšanas metodi, kas atbilst kāpēja vispārējās sagatavotības līmenim.

23. **Kāpšana 9 m sienā bez drošināšanas, kā arī drošināšana ar rokām, ir aizliegta.**

24. **Kāpšanai 3 m sienā (Boldringā) izmanto drošināšanu ar rokām,** bez papildus drošības inventāra. Kāpšanas laikā jānodrošina personu nepārtraukta uzraudzība. Zem boldringa sienām jābūt grīdas segumam, kas samazina iespēju gūt savainojumus krītot. Grīdas segumam jābūt vienmērīgam bez spraugām vai arī tas jānosedz ar papildus segumu.

25. Drošināšanu veic tikai atbildīgā persona vai cita persona, kuru norīkojusi atbildīgā persona.

26. Drošināšana veicama 2-3 m attālumā no sienas, izmantojot bremzēšanas ierīces.

27. Kāpējiem regulāri jāseko līdzi inventāra stāvoklim un nepieciešamības gadījumā tas savlaicīgi jānomaina. Par bojājumiem sienai vai inventāram nekavējoties jāziņo atbildīgajai personai.

28. Izmantojot kāpšanas sienu, kāpējiem jāpievērš uzmanība citu kāpēju darbībai, drošināšanas virvei un jārīkojas atbilstoši situācijai. Vienmēr jānodrošina ceļš kāpējam, kas atrodas augstāk.

29. Nodarbību laikā vēlams izmantot magnēziju labākas saķeres nodrošināšanai.

30. Dalībniekiem, kas nekāpj, aizliegts traucēt drošinātāju, kā arī bez vajadzības atrasties pie kāpšanas sienas.

31. Aizliegts veikt jebkādas darbības, kas var apdraudēt paša un citu personu veselību un dzīvību.

32. Atbildīgajai personai ir tiesības nepieļaut kāpēju pie kāpšanas sienas vai lūgt pārtraukt kāpšanas sienas izmantošanu jebkurā laikā, ja netiek ievērotas šo noteikumu prasības.

#### VI. Nelaiemes gadījumi

32. Par jebkuriem nelaimes gadījumiem nekavējoties jāziņo atbildīgajai personai.

33. Pirmās palīdzības aptieciņa ir pieejama pie atbildīgās personas.