



Highline - důležité body

Danny Menšík, Shangri-la, 59m, foto Jan Šimánek

Následující body byly formulovány, aby pomohly zabránit nehodám na highline (slackline natažené ve výšce), které by byly způsobeny chybami a omyly při jejich natahování a chození:

- 1) Za účelem naučit se základům by několik prvních highline mělo být **vždy natahováno s lidmi, kteří mají s jejich chozením a natahováním zkušenosti**. Každý by měl zkontrolovat natažení highline a kriticky ho posoudit. Pokud není něco jasné, zeptat se na to.
- 2) Dobrým předpokladem pro highline jsou **zvládnuté základy na slackline**. Slackliner by měl umět: nástup na slackline bez podpory (např. pomocí „Chonga“ nebo „Drop-knee start“), vylezení zpět na lajnu s použitím odsedky a vyhoupnutí se zpět na lajnu. Dobrou přípravou pro highline jsou longline, proto na nich získáte co největší jistotu. Jako minimální přípravu doporučujeme longline delší jak 50 m.



- 3) Všechny důležité součásti highline musí být **zdvojeny**. Lajna samotná je pojištěna lanem (backup). Lano musí být ukotveno tak, aby v případě selhání hlavního popruhu a jeho kotvicích bodů vše udrželo. Používejte popruhy s minimální pevností 30 kN a vhodné kotvicí pomůcky (kotvítka, šekly, kotvicí smyčky).
- 4) Celý systém highline je třeba **chránit proti odření a ostrým hranám**. Zejména natažený popruh může být poškozen velmi rychle. Chraňte i kotvicí smyčky.
- 5) Highline by měla být natažena v dostatečné výšce (**alespoň 1/3 délky lajny + 3 m**). Případný pád do odsedky, který by byl zachycen pouze jistícím (backup) lanem, by mohl vést k pádu až na zem. Highline pro začátečníky by měla být **nejméně 10 m dlouhá**, což zajistí pružnost popruhu a omezí velké síly, které by náhle působily na materiál a lidské tělo v případě pádu do odsedky.
- 6) **Vyhňte se používání kotvicích pomůcek, které nejsou navrženy pro provoz pod stálým tahem**, který ve slackline působí. Jedná se např. o hliníkové karabiny, které nejsou navrženy pro stálé zatížení a jsou tak náchylné k přetržení. Pevnostní nebo nerezové šekly jsou mnohem vhodnější. Všechny komponenty jako kotvítka, šekly, kotvicí smyčky by měly mít dostatečnou pevnost (30 kN a více). Vysoká pevnost ale nezaručuje bezpečnost, je třeba věci správně používat.
- 7) **Ke spojení odsedky s lajnou nepoužívejte karabiny se šroubovacím závitem**. Karabiny se mohou otevřít nebo poškodit popruh. Ocelové nebo hliníkové kruhy jsou pro tento účel mnohem vhodnější. Pravidelně kontrolujte odsedku.
- 8) **Kontrolujte partnera, sebe i lajnu** předtím, než na lajnu nastoupíte: Je natažení lajny bezpečné? Je highliner uvázan protisměrnou osmičkou? Má správně nastavený úvazek? Je dostatečně daleko od kraje při nástupu?
- 9) **Nevstávejte na lajně přímo u kotvení nebo blízko hrany skály a terénu**. Vždy začněte chůzi několik metrů od hrany a sedejte (ukončete chůzi) před tím, než dojdete ke kotvení. Pokud toto budete dodržovat, vyhnete se případnému pádu na skálu nebo blízký terén u kotvení.
- 10) **Na highline nepatří věci s ostrými hranami** (knoflíky, hodinky, šperky a další), to nechte doma. Mohou ničit lajnu nebo spadnout z výšky. Použití dlouhých kalhot a rukávů vám může posloužit jako ochrana proti odření.

Většina běžných slackline setů není navržena pro highline. Proto je dobré investovat do vhodného vybavení, které se pro highline používá. Vědomosti týkající se natahování highline, zacházení s vybavením pro highline, lezení, jištění sebe sama ve strmém terénu, jakož i techniky pro záchranu na highline a první pomoc jsou důležité předpoklady pro bezpečné vykonávání tohoto sportu. Proto je lepší dát na rady zkušenějších highlinerů, kteří vám rádi poradí. Také se dále vzdělávejte.

Umísťování kotvicích bodů pro highline by mělo být prováděno v souladu s highline etikou, obecnými i místními pravidly. Vrtání přenechte profesionálům. Při použití přírodního kotvení (obhozů skal, stromů), byste také měli dodržovat obecná pravidla i pravidla specifická pro dané místo (např. na písčových nelézt za deště). Informujte se na internetu nebo u správce místní oblasti. **Nepoužívejte jistící body určené pro skalní lezení (kruhy, nýty, aj.) jako hlavní kotvicí body**. Používejte pouze kotvení vytvořené pro highline. Buďte ohleduplní k přírodě. Vše, co si přinesete, také odnese.

Předlohou tohoto letáku je leták „Witz, B., Buckingham, T., (2014), **Highline - 10 most important points** (v3), Swiss Slackline Association (<http://www.swiss-slackline.ch>) a International Slackline Association (<http://slacklineinternational.org/>)“.