

Barlangi túrázás

A barlangi túrázás alapvető mozgásformáit klasszikus barlangjárásnak is nevezhetjük.

A biztonságos barlangi bejárás megkívánja a jó mászó tudást. A járatok a mászások szempontjából terepalakzatokra oszthatók. A barlangok sokfélesége számtalan variációt kínál ezen alakzatok leküzdésére. Mindenkinek saját magának kell kialakítania a számára legmegfelelőbb típust, most csak néhány alaptípust ismertetek, valamint a terepakadályok leküzdésének szerintem legjobb módját.

Alapszabályok:

A lehető legkisebb felülettel (cipőtalp, tenyér) érintkezzünk a barlanggal, ne súrlódjunk a falon, mert egyrészt károsítjuk a barlangot, másrészt tönkretesszük az értékes overallunkat. Kúszás során is törekedjünk erre. Arról nem is beszélve, hogy ha nagy felülettel érintkezzünk a barlanggal, akkor előre haladásunk rengeteg plusz energiát igényel.

Súlyunkat lehetőleg mindig a lábunk viselje, kezünkkel csak az egyensúlyunkat tartsuk meg.

Igyekezzünk mindig két talpon járni, még akkor is, ha egyszerűbbnek tűnik négykézláb vagy kúszva.

Figyeljünk az előttünk haladóra így felkészülhetünk az akadály leküzdésére.

Ismeretlen szűkületet először nézzünk meg, majd inkább lábbal előre próbáljunk meg leküzdeni, mert ha mégsem sikerül leküzdenünk, akkor könnyebben visszamászhatunk. Némi gyakorlattal azonban nem feltétlenül kell ezt a megoldást követnünk. Nagy segítséget jelenthet a túravezető tanácsa, illetve ha van a csapatban olyan, aki már ismeri a szűkületet.

Szűk járatban mindig a domború fal felé forduljunk, bármilyen térbeli elrendezési kanyarról van is szó. Általában a meanderekben találkozunk ilyen tereppel.

A mászás alapszabálya, hogy **mindig három végtaggal** támaszkodunk, illetve kapaszkodunk és a negyedik szabad végtaggal keressünk új fogást vagy lépést. Két ponton történő támaszkodáskor fennáll a kifordulás veszélye.

Támaszkodás esetén törekedjünk arra, hogy ezt a tenyerünk húsos párnájával tegyük, mert a barlangi környezetben tenyerünk könnyen megsérülhet. Ha valahol le kell térdelnünk, akkor is próbáljunk meg simább felületet keresni, mert az érdes felszín komoly fájdalmat és persze sérülést is okozhat.

Általános mászástechnikai szempontok:

„Szemmel másszunk”. Mászás közben törekedjünk arra, hogy a kényelmesebb helyekről mérjük fel az előttünk álló pár métert, és „szemmel másszunk” végig rajta, elképzelve azt is, hogy hogyan fogjuk használni a fogásokat, illetve lépéseket. Ha valamilyen különleges technikát igényel a szakasz leküzdése (pld reibung, liftezés) akkor gondoljuk végig, hogyan fogunk végighaladni az adott szakaszon. Itt elsősorban arra gondolok, hogy átlátjuk a mászást, látjuk a nehézségeit, a buktatóit és a saját felszerelésünket képesek vagyunk úgy eligazítani magunkon, hogy az a mászás során nem okoz kellemetlenséget és megoldhatatlannak tűnő problémát. A legrosszabb az útban lévő személyi bag, a beakadó karbidlámpa gázcső vagy a kötéltechnikai felszereléseink beakadása. Ahhoz, hogy ez a képességünk kialakuljon, nagyon sokat kell másznunk, melynek eredményeként reflexszerűvé válik mászásunk. Ilyenkor mondjuk valakiről, hogy jól mászik, jó nézni, amit csinál.

Ahhoz, hogy reflexszerűvé váljon mászásunk a kezdeti időszakban tudatosan kell végiggondolnunk a mászás lépéseit. Ez a folyamat időt igényel, de soha ne hagyjuk, hogy siettessenek bennünket. A ráfordított idő a későbbiekben többszörösen megtérül, a mászás pozitív élménnyé válik.

Fogások, lépések ellenőrzése:

Mielőtt ténylegesen ráterhelünk egy fogásra, amennyiben szükséges győződjünk meg annak szilárdságáról, tenyerünkkel vagy a lábunkkal mozgassuk, illetve ütögetjük, esetleg rugdossuk meg. Néhány esetben a hangjából is rögtön következtethetünk szilárdságára. A hirtelen dinamikus mozgást kerüljük el, barlangi környezetben rendkívül veszélyes lehet. Gondoljunk arra, hogy a legtöbb felületet agyag borít, amely azon kívül, hogy csúszik, eltakarja a számunkra lényeges látnivalókat melyekből a stabilitásra következtethetünk. A barlangi mászásunk erőből történjen, ne hirtelen mozdulatok sokaságából. Ez kezdetben több erőt igényel, de kellő gyakorlattal már kevesebb energiával is sokkal biztonságosabban fogunk mászni. Téves az a hit, hogy ha keményen megtaposunk egy lépést akkor az stabilabb lesz. Ez a módszer legfeljebb a felszínen használható jól. Omladékzónán, álfenéken, bizonytalan szerkezetű aljzaton áthaladáskor eszünkbe se jusson így közlekedni, mert komoly bajba sodorhatjuk magunkat és társainkat. Egyszerű agyagos felületen pedig előfordulhat, hogy légies könnyedséggel fog továbbcsúszni a lábunk jobbik esetben csak a spárgáig, rosszabbik esetben leesésünkig.

Három pont szabály:

Ez a mászás egyik legfontosabb alapszabálya. Mindig törekedjünk arra, hogy egyik kezünk és lábaink vagy két kezünk és egyik lábunk állandóan szilárd ponton legyen. Szabad végtagunkkal keressünk új fogást, illetve lépést. Persze az új pontot csak akkor terheljük meg, ha meggyőződünk arról, hogy stabil. Ezután ismét új pontot kereshetünk. Nem tekintjük a fejünket egy pontnak, azonban néhány esetben lehet, hogy a sisakunkra kell támaszkodnunk. Itt van komoly jelentősége a megfelelő kialakítású és helyesen hordott sisaknak.

Erőviszonyok:

Közismert, hogy a lábizmaink lényegesen erősebbek a karizmoknál. Rendkívül fontos ennek tudatosítása és a mászás során annak elsajátítása, hogy a kezünket csak az egyensúlyunk fenntartására használjuk. Mászás során tehát mindig arra törekedjünk, hogy a testsúlyunk a valamelyik lábunkon vagy még jobb ha mind a két lábunkon legyen. Ezt elsősorban úgy érhetjük el, hogy a mászásaink során több kisebb lépéssel haladunk előre egy nagyobb lépés helyett. Ha nagy lépésekkel haladunk előre akkor a kezünket is folyamatosan használjuk nem csak támaszkodásra, hanem szinte húzzuk vagy rosszabb esetben, toljuk magunkat előre. Ez a módszer rendkívül fárasztó. A kezdők elsősorban azért, mert a biztonságérzetük még nem alakult ki a falhoz közel szinte rátapadva, görcsösen kapaszkodva szeretnének előrehaladni. Ezzel a görcsös kapkodással annyira kifárasztják magukat, hogy az adott mászás végére már szinte pánikba esnek. Ha ilyenkor nem sietünk a segítségükre, akkor a legrosszabb esetben le is eshetnek. Ez a görcsös kapaszkodás sajnos ösztönös beidegződés, szinte minden kezdőnél tapasztalható, nehéz átállni a helyes mászásra, de próbáljunk meg tudatosan a lábunkra helyezni a terhelés egy részét. Ebben sokat segít, ha elengedjük a falat és a lábunkon állva próbálgatjuk az éppen használt lépésben a megállást. Jó módszer, ha ezt alacsony magasságban gyakoroljuk, mert ha mégis lecsúszik a lábunk, akkor remélhetőleg szinte semmilyen következménye sincs az esetleges ijedségen kívül (Pld Matyiban a Tűzoltó ág). Idővel már teljesen megbízunk lábainkban, bár tény és való, hogy a gumicsizmában mászást tanulni kell, még azoknak is, akik profi sziklamászóként kezdenek bele ebbe a sportba.

Talán a legjobb, ha a csizmánk mérete akkora, hogy abban a lábfejük nem tud előre hátra csúszkálni, és a lábujjainkkal próbálunk megállni a falon. Minél kisebb felülettel érintkezünk a fallal annál stabilabb lesz a lépés.

„Varrógép effektus”:

Gyakorlatilag a lábak remegését jelenti, amelyet sajnos tudatosan pusztán akaraterővel nem igazán tudunk megállítani. Komoly félelemérzetet vált ki, amely folyamatosan fokozódik addig, amíg pozíciónkon nem változtatunk, vagy le nem esünk. Szintén a „fejfelé mászás” módszerével tudjuk leküzdeni. A kritikus helyeken összpontosítsunk a vezető által ismertetett megoldásra, vagy ha tudunk jobbat, akkor a saját megoldásunkat is alkalmazhatjuk. Ha tapasztalatlanabbak vagyunk, akkor a mászás előtt a vezetőnek vagy a közelünkben elhelyezkedő tapasztaltabb társunknak nem árt ha elmeséljük, hogy mit szeretnénk csinálni, mert így fel tud készülni arra, ha esetleg mégsem sikerül a mászásunk valamint elképzeléseinket komolyabb tapasztalatából adódóan véleményezi. Fogadjuk meg a tanácsát, mert remélhetőleg segíteni szeretne. A lábremegést akkor kerülhetjük el, ha céltudatos mozgássorozatot próbálunk megvalósítani. Ha a mászás lendülete megtörik, amely jellemzően mindig a legnehezebb pozíciónkban történik meg, akkor hamar elfárad a lábunk, elkezd remegni végül pedig begörcsöl amely sajnos komoly fájdalommal is jár. Ha a lábunk elkezd remegni, akkor néhány gyors súlypontáthelyezéssel jól csökkenthetjük a remegést. Ha van rá lehetőségünk, hogy a terpeszmászásból - mert általában ilyen mászásoknál jelentkezik - átváltunk ülő traverzálásba, akkor ne habozzunk megtenni.

Ritmus:

A nagy gyakorlattal rendelkező társaink mozgása légiesnek, könnyednek és teljesen folyamatosnak tűnik, leszámítva a bonyolultabb terepalakulatokon történő áthaladásukat. Persze ehhez a könnyed stílushoz megalapozott biztonságérzet is tartozik, és az nem jön magától. Nagyon sok gyakorlással azonban kialakul saját stílusunk, amely számunkra jelentősebb biztonságérzetet. Amikor már a mászásaink rutinszerűvé válnak, akkor kezdenek igazán élvezetessé válni. A mászásaink során a kis baleseti kockázattal járó helyeken, ha lehetőségünk van rá ne tétovázzunk a nehezebb mászásokat is megpróbálni és az esetleges kudarcot ne könyveljük el úgy, hogy ezt a mászást én nem tudom megcsinálni, mert minden próbálkozással közelebb kerülünk a kitűzött célhoz. A jó vezető tanácsaival ebben igazi partnerünk lesz.

Most a teljesség igénye nélkül a fontosabb alapmozgásokat tekintjük át.

Vízszintes (horizontális) mozgás:

A legkényelmesebb mozgás a járás. Ezt azonban nem mindig tehetjük meg a barlangi terep változatossága miatt.

Lehajolva, guggolva, törpejárással, négykézláb és végül kúszva haladhatunk előre.

Lejtőn mászás (60°-os meredekségig): ameddig lehetőségünk van rá, addig mindenképpen próbáljunk meg álló helyzetben haladni, a kezeinkkel egyensúlyunkat tartsuk meg. A csúszós felületű lejtőkön célszerű háttal a lejtőnek haladni, mert megcsúszás esetén könnyebben megállíthatjuk magunkat, valamint társaink könnyebben elkaphatnak minket.

Törmelékeken áthaladás különösen veszélyes, mindig egyesével haladjunk, és soha ne térjük le a túravezető által kijelölt vagy a barlangban eleve kijelölt útról.

Reibungolás: speciális vízszintes peremmászás, a perembe kapaszkodva a falon guggolva haladunk jellemzően vízszintesen oldalirányba.

Patakos ágakban gyakran a vízfelszín alatt is található hasznos lépéseket. Bátran használjuk ezeket, mert a folyamatos vízáram letisztította a lépéseket, így sokkal stabilabban tudunk megállni rajtuk. Tavaknál és medencéknél is jól alkalmazhatjuk ezt a módszert.

Függőleges (vertikális) mozgás:

A barlangi környezetben jellemzően két falat használunk mászásaink során. A mászás során különböző fogásokat, lépéseket, zsebeket, párkányokat, tarajokat, repedéseket, szegélyeket, lyukakat használhatunk (cseppköveket ha lehet, akkor inkább ne használjunk barlangvédelmi okok és a gyakori agyagra település miatt).

Traverzálás: a hátunk és a fenekünk az egyik falon a két lábunk a másik falon helyezkedik el. Haladás során két kezünkkel a csípőnk melletti falon megtámaszkodva felemeljük magunkat, majd odébb ülünk. Lassú de biztonságos, mászás közbeni pihenésre ideális. Baggel kifejezetten kényelmetlen így haladni.

Terpeszmászás: a jobb oldali végtagok az egyik oldalon a bal oldaliak pedig a másik falon helyezkednek el. A mozgás gyors haladást tesz lehetővé még baggel a hátunkon is, további előny az energiatakarékosság. Törekedjünk arra, hogy ezt a mozgásformát alkalmazzuk mászásaink során.

Hidalás (indiánhíd): kezeink az egyik, lábaink a másik falon helyezkednek el oly formában, hogy közben a testünk megközelítőleg vízszintes testhelyzetet vesz fel. Nagyon nehéz, gyakran kiváltható más mászással. Indiánhídból visszaállni terpeszmászásba komoly technikai tudást igényel.

Húzódzkodás: fejmagasságban elhelyezkedő peremben megkapaszkodva felhúzzuk magunkat, amikor a mellkasunk egy magasságba kerül a peremmel akkor célszerű tenyerünket kifordítva továbbtolni magunkat, majd feltérdelünk és végül felállunk.

Bak tartása: a peremekre történő felmászást nagyon megkönnyíti. Az utolsó embert általában valamilyen módszerrel felhúzzuk.

Liftezés: aknában lefelé történő haladásnál alkalmazzuk, amikor a két fal között maximálisan 60-80cm távolság van. A két fal között keresztben guggoló helyzetet veszünk fel, a végtagjainkkal megpróbáljuk szétfeszíteni a járatot. A feszítés mértékével szabályozhatjuk a lecsúszási sebességünket, menetközben pedig a lábainkkal tudunk megállni a különböző peremeken.

A **lemászás** során ugyanúgy kell eljárni, mint felfelé, de jóval nehezebb a fogások, lépések megkeresése, mivel általában nem látjuk azokat (itt különösen nagy jelentősége van a defenzív biztosításnak!). Nehezebb mászás esetén használjunk köteles biztosítást, ez nem csökkenti a mászás örömet, mert biztosítással olyan szakaszokon is átjuthatunk, melyet egyébként nem mertünk volna megkockáztatni. Idővel mindenki megfelelő tapasztalatra és gyakorlatra tesz szert és „jó mászóvá válik”. A jó mászók sok energiát tudnak megtakarítani a túra során. Előzőekben ismertettem a legfontosabb barlangi, jellemzően két falas mászási technikákat. Használhatunk azonban a sziklás mászások során alkalmazott egy falas módszereket is, ám ezek a barlangi környezetben korlátozottan alkalmazhatóak.

Bajor technika (repedésmászás): a falon jellemzően függőlegesen futó repedésben mászunk. A mászás során különböző testkulcsok (ökölkulcs, vállkulcs, tüdőkulcs, lábkulcs stb.) alkalmazásával mászunk le vagy fel. Nehéz mászás, barlangban biztosítás nélkül ne alkalmazzuk.

Piaz technika (ellennyomásos): szintén egy repedést használunk fel, de itt a repedésbe nem mászunk bele, hanem az egymástól pár tíz centiméterre elhelyezkedő repedés hozzánk közelebb elhelyezkedő oldalán kapaszkodunk, átellenes oldalát pedig tapossuk, miközben a testünk közel vízszintes helyzetű. A mászás rendkívül nehéz, a mozgásnak megadott rendszere van, általában valamelyik kéz után egy láb következik. Ezt a mászást se alkalmazzuk, mert itt ráadásul, ha biztosítást is szeretnénk alkalmazni, akkor az ehhez szükséges köztest még a Bajor technikánál is nehezebben tudjuk a falon elhelyezni.

Mesterséges eszközökön mozgás (bővebben az aknák-szakadékok előadáson)

Létra: mindig a keretébe kapaszkodunk és sohasem a fokokba. Rossz állapotú és nagyobb létráknál használjunk biztosítást.

Hágcsó: csak biztosítással használható, a hágcsó élén haladunk és nem szemben, mint a létráknál.

Vitla: elsősorban több száz méter mély egytagú aknák leküzdésénél alkalmazták. Ma már az egyköteles technikát használjuk helyette, azonban egytagú nagy mélységű aknáknál megoldást jelenthet. Speciális utazókosár, melyet acélsodronnyal ellátott kézi vagy gépi üzemű csörlővel működtetünk. Mindenképpen pörgető szemmel ellátott a kosár és visszafutás-gátlóval biztosított a csörlő.

Barlangi túra: sport célú barlangjárás, melynek minimális időtartama fél óra (5-8 képzett barlangász pihenő nélkül képes megtenni)

Nem tekintjük barlangtúrának a következő tevékenységeket:

Idegenforgalmi célú barlanglátogatás (utcai ruházat, villanyvilágítás, vezetés kiépített útvonalon).

Tudományos mérések (radon detektorok, hőmérséklet, csepegés, vízhozam, klimatológia stb.).

Barlangi élővilág megfigyelése.

Barlangkutatói tevékenységek (bontások, kitermelő rendszer kiépítések stb.).

Barlangtérképezés.

Oktatás.

Mentés.

Barlangi túrázás alapszabályai

Legnagyobb biztonság elve: a túrát úgy kell megtervezni, előkészíteni és lebonyolítani, hogy az esetlegesen bekövetkező baleset kockázata a lehető legkisebb legyen.

Célok és lehetőségek összhangja: eszköze a LBE-nek. Az előkészítés és tervezés folyamán a kitűzött cél a meghatározó, a lebonyolításnál viszont a lehetőségeinkhez kell igazítani a céljainkat (túravezető elsődleges joga).

A túravezető egyszemélyi felelőssége: a túravezető felelős a túra sikertelen lebonyolításáért, és az esetlegesen bekövetkező balesetekért, ezért rendeletben meghatározott, hogy ki lehet a túravezető, milyen jogokkal, köteleességekkel és feladatokkal rendelkezik.

Barlangi túra vezetője hazánkban barlangi túravezető vagy kutatásvezető. (lásd KTM rendelet)

Túravezető olyan személy lehet, aki rendelkezik túravezetői vagy kutatásvezetői képesítéssel, egészségügyileg alkalmas és a túra során nem áll bódító gyógyszerek, drogok vagy alkohol hatása alatt.

Túravezető néhány fontosabb joga:

A túrázók felszerelésének ellenőrzése, hiányosságok esetén a résztvevő kizárása.

Résztvevő kizárása egészségügyi vagy egyéb okok miatt (lásd túra erőforrásai).

A túra menet közbeni befejezése, valamelyik résztvevő kizárása.

Amennyiben szükséges, akkor sorrend felállítása és megváltoztatása.

A túrával kapcsolatos utasítások adása és azok megkövetelése.

Túravezető fontosabb feladatai:

Engedélyek beszerzése.

Kapcsolatfelvétel a barlangot kezelőkkel.

Túratársak felkészítése, tájékoztatása, a túra konkrét megszervezése elejétől a végéig.

Szükséges felszerelések beszerzése, begyakoroltatása.

Utazás, szállás és ellátás megszervezése.

Felszíni ügyelet megszervezése.

A túra elemzése, következtetések levonása.

Barlang túrát csak akkor lehet lebonyolítani, ha az MTSZ-BB Biztonsági Szabályzatának előírásait teljesítjük. A szabályzat alapján a túra **minimális létszáma 4 fő**, mert baleset esetén egy fő a sérülttel marad, két fő pedig elindul segítségért. Az **optimális létszám** azonban **5-8 fő**, akik megközelítőleg azonos technikai szinten állnak.

A Biztonsági Szabályzat két esetben enged eltérést a minimális létszámtól:

A barlangból **maximum 1/2 óra** alatt ki lehet jutni, nincsenek benne nehezen mászható aknák, sem kötéltechnikai szakaszok, és a **csapat minden tagja jól ismeri a barlangot**, de ekkor is **minimum 3 főnek** kell lennie a túrázó csapatnak.

Zsombolyok bejárásánál 3 fős beszerelő csapat, majd 2 fős túrázó csoportok és végül 3 fős az utolsó csapat. Kikötés továbbá, hogy a haladó csoportok között **maximum 1 óra követési idő** lehet.

Sorrend

Ha olyan barlangban túrázunk, ahol nem lehetséges a mozgás egy tág folyosóban (**kötetlen sorrend**) akkor a túravezető jelöli ki, általában a túra elején, azonban ezt menetközben módosíthatja. A túrázók a meghatározott sorrendet **kötelesek betartani** a túra során. A sorrend felállításánál általában az a törekvés, hogy a túra haladási sebessége a lehető legnagyobb legyen (de azért nem az edzőtúra sebesség!). Ez úgy érhető el, hogy a túra tapasztaltabb, gyorsabb tagjai a csoport végén haladnak, a kezdők pedig előrébb, így elkerülhető a harmonikázás jelensége, vagyis a csapat széthúzódása, amikor örökösen várunk kell a tapasztalatlanabbak megérkezésére. Másik törekvés, hogy egy kezdő előtt és mögött is gyakorlottabb személy legyen, aki segíteni, világítani tud, mert a kezdőknek általában a világításuk is kevésbé hatékony. A vezető rendszerint a csoport élén halad, hogy az utat és akadályokon való átjutás technikáját mutassa. Az elágazásoknál és a nehezebb akadályok után különösen fontos a hátrafigyelés, mert így csökkenthetőek az eltévedések. Ez rendszerint azt jelenti, hogy a csoport eleje bevárja, amíg mindenki átjut az akadályokon.

Követési távolság: a túrázóktól függ, de általánosságban elmondható, hogy minél tapasztaltabbak a csoport tagjai, annál nagyobb követési távolság tartható. Különösen veszélyes szakaszokon (omladékok, vízesések) áthaladásnál alkalmazzuk az egyenkénti áthaladást.

Az **utolsó ember feladata** az akadályokon áthaladásakor amennyiben a csoport megállt, hogy jelezze a vezetőnek megérkezését. Mindenképpen meg kell győződnie arról, hogy az információ eljutott a túravezetőhöz.

A csoporttól eltávolodni csak **hallótávolságon belül** lehet és csak akkor, ha a túravezető erre engedélyt adott.

A barlangi túra erőforrásai

Emberi erőforrások

Személyi feltételek:

A túra nehézségének megfelelő gyakorlattal rendelkezzen.

Égészségügyi alkalmasság (epilepszia, keringési betegségek, testi rendellenességek egyéb kizáró okok).

Nem áll alkohol, drog, bódító szénhidrogének, gyógyszer hatása alatt.

Megfelelő fizikai és pszichikai állapot.

Megfelelően kipihent (nem az esti buli, a hosszú utazás esetleg komoly felszíni túra után kezdünk bele barlangtúránkba).

Folyamatos edzettség.

Szociális alkalmasság.

Fegyelmezettség és önfegyelem.

Csoportra:

Kellő létszám (minimum 4fő, de pld. kötéltechnikai túrát 6-8 fővel célszerű lebonyolítani).

Emberi és technikai összhang. (A sikeres túrát nagyobb eséllyel akkor tudunk lebonyolítani, ha a csapat teljesítőképesége messze túlmutat a túra céljához szükséges teljesítményen. Ebben az esetben a túra kellő tartalékkal rendelkezik és egy komolyabb helyzetet, esetleg balesetet is biztonságosan képes megoldani illetve kezelni.)

Szakképzett, kellőképpen tapasztalt vezető (nem feltétlenül a túravezető).

Anyagi-technikai erőforrások

Kifogástalanul üzemelő és az előírásoknak megfelelő egyéni alapfelszerelés.

Aknák leküzdéséhez egyéni kiegészítő felszerelések és kollektív felszerelések.

Szükséges speciális felszerelések.

Idő

A túrára rá kell szánni a szükséges időt, mert a kapkodás, a pihenések elhagyása kudarchoz rosszabb esetben balesethez vezet. A túra során óránként 5 perc, háromóránként 15-20 perc pihenőidőt célszerű beiktatni. 16-20 óránál hosszabb túrát már bivakolással együtt tervezzük meg.

Információ

Az előkészítés során a legfontosabb. A teljesség igénye nélkül, íme néhány fontosabb kérdés. Hova megyünk, hogyan fogunk utazni, hol tudunk vásárolni, hol lesz a szállásunk, mennyibe kerül, milyen felszerelésekre van szükség, időjárással kapcsolatos tudnivalók, barlang veszélyes területei, hogyan jutunk le a barlangba, milyen tapasztalatok ismertek a barlanggal kapcsolatosan, baleset esetén kit kell értesíteni, alternatív lehetőségek stb.

Barlangtúra szakaszai

Előkészítés

Cél kijelölése, ez a legfontosabb, mert mindent erre építünk.

Térkép beszerzése, ha lehetséges és megmutatni a leendő csapatnak (több szem többet lát elv).

Engedély beszerzése, információk beszerzése, utazás, szállás megszervezése.

Túrára felkészülés fizikailag gyakorlótúrákkal.

A mentés megoldható-e, vagy nekünk kell az esetleges balesetet kezelnünk.

Felszerelés beszerzés, kipróbálás és beüzemelés.

Hogyan szállítjuk a barlangban a kollektív felszereléseket.

Ha szükséges, akkor felszíni ügyelet megszervezése, ki lesz a felszíni ügyelet.

Alternatív lehetőségek, ha a tervezett túra meghiúsul.

Lebonyolítás

Odautazás.

Indulás előtti végső felszerelés ellenőrzés.

Végső ismertetés a túráról.

A felszíni ügyelettel leegyeztetni, hol leszünk, mikor jövünk a felszínre. Mit kell tenniük, ha nem érünk időre vissza. Az adott barlang térképén is ismerjék az útvonalat, és lehetőleg legyen náluk térkép is.

Sorrend kijelölése.

Befejezés

Létszám és felszerelés ellenőrzés, mert ilyenkor még mind a kettőért vissza tudunk menni.

Ha szükséges akkor a barlang visszazárása.

Takarítás a barlang környékén és a szálláshelyen is!

Hazautazás.

Felszerelés ellenőrzése és karbantartás (ez kiemelt fontosságú).

A túra feldolgozása, következtetések leszűrése, tanulság, vitás kérdések tisztázása.

Célszerű a tapasztalatainkat rögtön a túra után egy élménybeszámolóban rögzíteni, mert néhány hét múlva már nem biztos, hogy minden apró részletre tökéletesen emlékszünk.