

# Sekwencje przewiązywania się przez ring stanowiskowy

(przygotowanie do opuszczania)

Metoda europejska	Metoda amerykańska
1. Dochodzisz do stanowiska.	1. Dochodzisz do stanowiska
2. Wpinasz do stanowiska ekspres, a do karabinka w ekspresie – linę (teraz można poprosić o blok i obciążyć układ).	2. Wpinasz do stanowiska ekspres, a do karabinka w ekspresie – linę (teraz można poprosić o blok i obciążyć układ).
3. Dopinasz następny ekspres do łącznika uprząży, a następnie wpinasz go do ekspresa wiszącego już w ringu (do wyższego lub niższego karabinka - jak wygodniej). <b>UWAGA: partner nie jest tu zwolniony z obowiązku asekuracji !</b>	3. Dopinasz następny ekspres do łącznika uprząży, a następnie wpinasz go do ekspresa wiszącego już w ringu (do wyższego lub niższego karabinka - jak wygodniej). <b>UWAGA: partner nie jest tu zwolniony z obowiązku asekuracji !</b>
4. Wybierasz spod siebie około metr liny .	4. Wybierasz spod siebie około metr liny.
5. Wybrany odcinek liny składasz na pół i przewlekasz przez kolucho stanowiskowe.	
6. Na linie przełożonej przez kolucho zawiązujesz niedużą ósemkę.	5. Na wybranym odcinku liny zawiązujesz niedużą kluczkę.
7. Ósemkę przypinasz do łącznika uprząży zakręcanym karabinkiem i zakręcasz karabinek (lub dwoma karabinkami ułożonymi opozycyjnie).	6. Kluczkę dopinasz do łącznika uprząży zakręcanym karabinkiem i zakręcasz karabinek (lub dwoma karabinkami ułożonymi opozycyjnie).
8. Odwiązujesz się od liny.	7. Odwiązujesz się od liny.
	8. Przekładasz końcówkę liny przez stanowiskowe kolucho (lub ucha), przeciągasz cały wolny odcinek liny.
9. Likwidujesz ósemkę, którą zawiązałeś przed rozpoczęciem wspinania.	
10. Wyciągasz końcówkę liny z kolucha.	
11. Przywiązujesz ponownie linę do uprząży węzłem ósemkowym.	9. Przywiązujesz ponownie linę do uprząży węzłem ósemkowym.
12. Odpinasz karabinek zakręcany od łącznika (patrz pkt. 7) i likwidujesz ósemkę.	10. Likwidujesz zabezpieczenie (patrz punkt 4).
13. Prosisz partnera o wybranie liny, a następnie o blok i sprawdzasz (!), czy układ działa.	11. Prosisz partnera o wybranie liny, a następnie o blok i sprawdzasz (!), czy układ działa.
14. Wypinasz oba ekspresy.	12. Wypinasz oba ekspresy.
15. Wydajesz komendę: „Na dół!”	13. Wydajesz komendę: „Na dół!”