



Sedací úvazek

- Použité zdroje:
 - Metodika HO Šakal
 - info@hudy



- Při samotném použití sedacího úvazu je bod navázání pod těžištěm lidského těla, a při nekontrolovaném pádu hrozí převrácení těla hlavou dolů - **zlomení**







NEBEZPEČÍ! otevřeno



OK - přezka uzavřena



■ Kdy jaký sedák použít?

- Pro letní lezení na skalkách, nebo na umělých stěnách, je dobré mít sedák lehký, stačí jednoduchý. Pohyb v něm by měl být co nejuvolněnější. Nohavice nemusí mít přezky. Pro ty, co lezou s magnéziem na vysušování rukou je praktické, má-li sedák vzadu na bederním pásu malé poutko pro upevnění sáčku s magnéziem.
- Pro ty, co většinou lezou jako druholezci, často jistí ve stěnových štandech, jumarují jako druholezci při yosemitské taktice lezení, je dobrý sedák s širšími popruhy, nejlépe polstrované měkkou hutnou látkou.
- Přímo pro lezení velkých stěn (bigwall) se vyrábějí speciální úvazy, tzv. bigwallový úvaz. Skládá se z velmi pohodlného sedacího úvazku s velkým množstvím poutek na materiál a z komfortního prsního úvazku, který je rovněž opatřen poutky na materiál. Tato kombinace je oblíbená zejména pro zdolávání velkých stěn - úvazek musí dobře padnout na různé vrstvy oblečení, a při oblékání a svlékání, nebo konání potřeby je možno stále zůstat navázaný a zajištěný. Prsní úvazek, který vypadá spíše jako vesta, si mohou lezci na štandu předávat spolu s navěšeným materiálem.
- Pro zimní lezení nebo túry v ledovcových oblastech je velmi dobré, aby měl sedák přezkami rozpojovatelné nohavice. Taktéž je dobré má-li i bederní pás dvě přezky, a to jednu vpravo, a druhou vlevo od slaňovacího oka. Sedák pak lze snadno přizpůsobit větší tloušťce postavy, jenž je způsobená větším počtem vrstev oblečení, které člověk v zimě na sobě má. Rozpojovatelné nohavice rovněž umožňují obléknutí (či svléknutí) sedáku máme-li na nohách stoupací železa (mačky) nebo lyže, aniž bychom museli tyto mačky či lyže z nohou zouvat.





Typ úvazu	Kdy jej použít
prsňí úvaz	<ul style="list-style-type: none">- jen v kombinaci se sedacím úvazem- samotný pouze v nouzi, kdy není nic jiného
sedací úvaz	<ul style="list-style-type: none">- při lezení s horním jištěním- při sportovním lezení, kdy není nebezpečí dlouhých a tvrdých pádů = ve skále je kvalitní, blízko sebe osazené jištění, skála je rovná nebo převislá- při jumarování
kombinovaný úvaz	<ul style="list-style-type: none">- při jakémkoliv lezení nebo slaňování s batohem na zádech- při lezení v horách- při pohybu na ledovci- v situaci, kdy lze předpokládat delší vis v bezvědomí- při hrozbě dlouhého a tvrdého pádu- na klettersteigu (via ferrata)
celotělový úvaz	<ul style="list-style-type: none">- vysokohorská pěší turistika v exponovaném terénu- malé děti