

Հ. ԳԱՐՅԱՆ



ԱՆՊԻՆԻՍԻ ԳԼԵՂԵՐԱՆՔԸ

ՀԱՅԻ ԲԵՐԼԻՆԻ ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ԲԱՆԻՆԻ

ԲԵՐԼԻՆ

1937

31 JAN 2018

Վ. ԴԱՐՅԱՆ

796.5

Ա. Լ. ՊԻՆԻՍՏԻ ՀԱՆԴԵՐՁԱՆՔԸ

ՀՐԱՏԱՐԱԿՈՒԹՅՈՒՆ ՀԱՅԿԱԿԱՆ ԽՍՀ ԺՈՂԿՈՄ-
ԽՈՐՀԻՆ ԿԻՑ ՖԻԶԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ՅԵՎ ՍՊՈՐՏԻ
ԳՈՐԾԵՐԻ ԿՈՄԻՏԵՅԻ



ՀՍԽՀ ՊԵՏԱԿԱՆ ՀՐԱՏԱՐԱԿԶՈՒԹՅՈՒՆ
ՅԵՐԵՎԱՆ 1937

Լեզվ. խմբագիր՝ Հ. ՊԵՏՐՈՍՅԱՆ
Տեխ. խմբագիր՝ Լ. ՈՀԱՆՅԱՆ
Հրամ. № 4220

ԱԼՊԻՆԻԶՄԻ ՄԱՍԻՆ

Հայաստանի ալպինիզմը բացառապես խորհրդային իշխանության ծնունդ է: Նրա սկիզբը պետք է համարել 1929 թվականը, յերբ առաջին անգամ փորձ արվեց մեզ մոտ ևս կաղմակերպել լեռնային արշավներ:

Սակայն ալպինիզմն սկսեց ավելի ծավալվել և մասսայական բնույթ ստանալ 1934 թվականից, յերբ կաղմակերպվեց առաջին աստղաձև արշավը դեպի Արագած լեռը, և ապա՝ 1935 թվականին, յերբ կաղմակերպվեց, առաջին անգամն ալպինիզմի պատմության մեջ, 1000 հոգու մասսայական արշավ՝ դարձյալ դեպի Արագած լեռը:

Այնուհետև հետագա տարիներում կատարվեցին մի շարք լեռնային վերելքներ՝ դեպի Աղմաղանի լեռները, Մայմիս, Հադիս, Արաբի սարը, դեպի Ելբրուսի գագաթը և այլն:

Մինչև հիմա կատարված ալպինիստական արշավները թերությունը յեղել է այն, զոր լուրջ ուշադրություն է դարձվել ալպինիզմի տեխնիկայի ուսումնասիրության վրա:

Իսկ այդ ամենակարևորն է ալպինիզմի մեջ:

Ալպինիզմը վուչ միայն լեռնային սպորտ է կամ տուրիստական սպորտ լեռներում, այլ նաև գիտական գործունեություն է բարձր լեռնային շրջապատում: Ալպինիզմի նպատակը միայն սպորտը չէ (գագաթներ բարձրանալը, դահուկային և սահնակային սպորտը և այլն), այլ նա հետապնդում է նաև գիտական և գործ-



1-37219p

Դրամվիթի Խաղոմ № Խ—9227

Տիբում 2000

Յերեան, Սեփան-Քանաքեռի մարզում:

նական խնդիրներ՝ լեռների ուսումնասիրություն յերկրաբանական, բուսաբանական և կենդանաբանական տեսակետից, սառցադաշտերի ուսումնասիրություն, բարձր լեռնային ողերևույթաբանական յերևույթների ուսումնասիրություն, քարտեզներ կազմել և այլն,

Բարձր լեռներ բարձրանալը կապված է մեծ դժվարությունների և կյանքը վտանգի յենթարկելու հետ. այդ է պատճառը, զոր պահանջվում է ուժերի մեծ լարում, դիմացկունություն (առանձնապես սրտի—անոթային սխտեմի և այլն), վճռականություն, ճարպիկություն և անվախություն: Ահա թե ինչու ալպինիստից պահանջվում է նախնական լուրջ մարզում (տրենինգով), ալպինիստական տեխնիկայի սեսիական և գործնական հիմնական ծանոթություն:

Մի շարք լեռներում (Վրաստանի լեռներ, Կովկասյան լեռնաշղթա, Պամիր և այլն) գագաթների նըվաճումն այնքան բարդ տեխնիկա և վարժվածություն է պահանջում, զոր նույնիսկ հաճախ փորձված ալպինիստներն անգամ տեղանքին լավ ծանոթ ուղեկցողներ պետք է ունենան:

Մեր ալպինիստական կադրերը յերիտասարդ են և դեռևս լավ ծանոթ չեն լեռնային տեխնիկային, մեր յերկրին, մեր լեռների առանձնահատկություններին: Չեն տիրապետում նաև ալպինիստական միջոցներին, չգիտեն կողմնորոշվել տեղանքի վրա տարվա տարբեր ժամանակներին, ծանոթ չեն ալպինիստական հանդերձանքին՝ յերթային, դաշտային և մասնագիտական իրերի գործածությանը և նպատակահարմար դասավորությանն արշավի ընթացքում, վորն անչափ անհրաժեշտ է ամեն մի ալպինիստի:

Այս փոքրիկ գրքուկը միայն մասամբ կարող է օժանդակել այդ խնդիրներում սկսնակ ալպինիստին:

Հայկական ԽՍՀ Ժողկոմսոցին կից Ֆիզկուլտուրայի յեվ սպորտի գործերի Կոմիտե

1. ԱԼՊԻՆԻՍՏԻ ՀԱՆԴԵՐՁԱՆՔԸ

Ալպինիզմը պրոլետարական տուրիզմի անբաժանելի ճյուղերից մեկն է: Այդ պատճառով ել պարզ է, զոր նախքան լեռան գագաթը բարձրանալը, ժայռերը ու անանցանելի ձորերն ի վեր մագլցելը, պետք է կատարել վորոշ ճամբորդություն նաև խճուղիներով, դաշտերով, անտառներով, անցնել գետեր, լճակներ և այլն:

Այսպիսի ճամբորդությունը պահանջում է ալպինիստից լուրջ պատրաստություն՝ հանդերձանքի, յերթային իրերի, գիշերելու, սնվելու, բնության տարերքից պաշտպանվելու իրերի, լեռներ մագլցելու, սառույցի վրայով քայլելու և այլ անհրաժեշտ իրերի ու գործիքների: Ամեն մի իրի պակասությունն աղուում է ալպինիստի տրամադրության վրա:

Առաջին հերթին ալպինիստը պետք է հատուկ ուշադրություն դարձնի հանդերձանքի ճիշտ ոգտագործման և հարմար դասավորության վրա, հաշվի առնելով տարվա տարբեր յեղանակները կամ այն, թե որվա վոր ժամին է քայլելու: Ամառը՝ կեսորին քայլելիս պետք է թեթե հագնվել, իսկ ձմեռը, ընդհանուրապես, պետք է շատ տաք հագնվել և, առանց փորձված ալպինիստի մանրամասն կոնսուլտացիայի, քաղաքից չպետք է դուրս գալ:

Ալպինիստը ճամբորդության ժամանակ պետք է ապահովված լինի տաք շորերով. նա պետք է ունենա՝

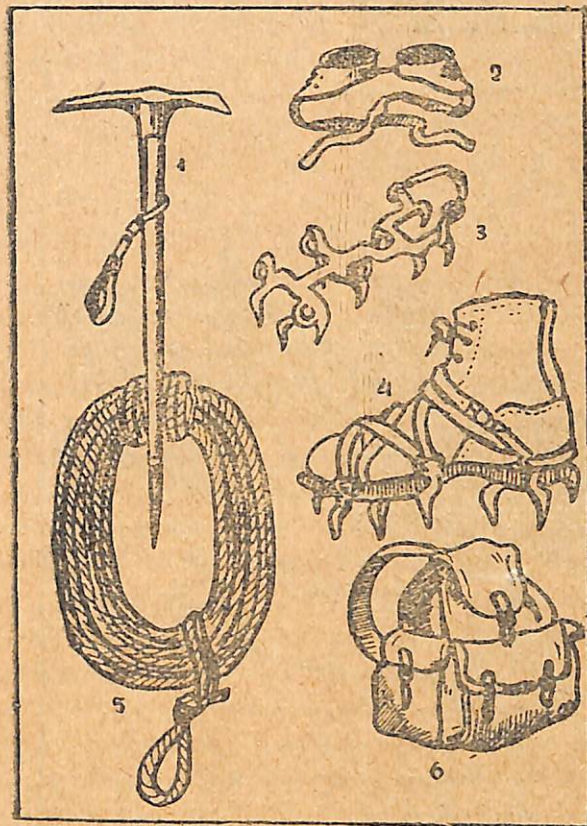
ճանապարհորդական հատուկ շալվար, տաք վերնազգեստ, գլխարկ, հատուկ կոշիկներ, գուլպաներ, ձեռնոցներ, տաք սպիտակեղեն և այլն: Յուրաքանչյուրից պետք է ունենալ մի քանի զույգ՝ համաձայն այն մարշրուտի, վորն ընտրել ե ակտիւնիստական խումբը կամ անհատ ակտիւնիստը:

Այդ դեպքերում ավելի լավ ե դիմել տեղի ակտիւնիստական կազմակերպութեանը և սպառիչ հրահանգներ ու ցուցումներ ստանալ նրանից, հակառակ դեպքում վոչ մի ակտիւնիստական խմբի չպետք ե թույլատրելի լեռները գնալ կամ ճանապարհորդութեան դուրս գալ: Ակտիւնիստի հանդերձանքը վոչ պետք ե շատ լինի, վոր ծանրաբեռնի նրան քայլելու ժամանակ, և վոչ ել այնքան քիչ, վոր ակտիւնիստը ցրտից չկարողանա պաշտպանվել:

Ավելորդ իրերը յերթի ժամանակ ջղային դրութիւն ես ստեղծում ակտիւնիստի համար և ավելորդ հոգնածութիւն պատճառում:

Այդ պատճառով պետք ե յերթից առաջ հատուկ ուշադրութիւն դարձնել հանդերձանքի ճիշտ ընտրութեան և հարմար դասավորութեան վրա: Ամեն մի ակտիւնիստ, յերբ պատրաստվում ե լեռնային արշավի, պետք ե ապահովված լինի յերթային, դաւժային յիվ մասնագիտական իրերով:

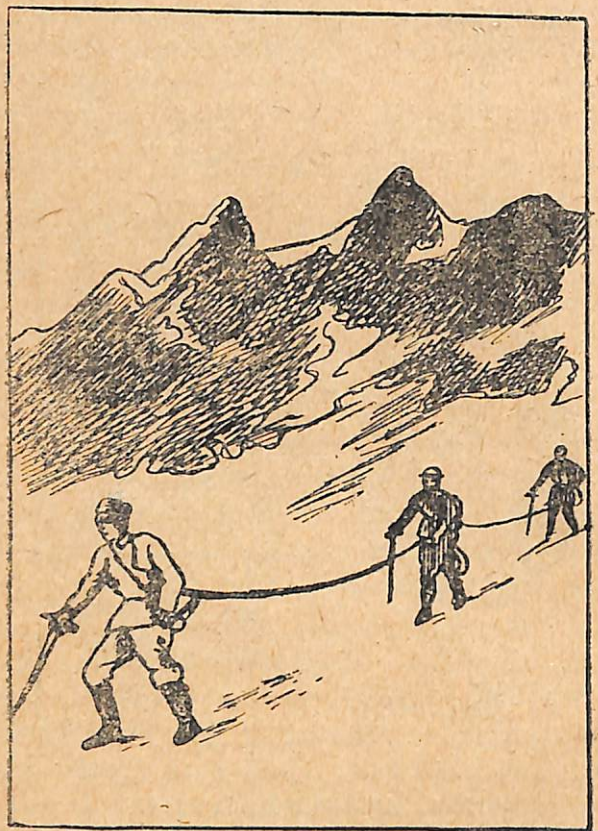
Յերթային իրեր առելով հասկանում ենք՝ մեջքի պայուսակ (ռուկղակ), կերակրի աման (ավելի լավ ե ունենալ մի ալյումինե ափսե), բաժակ, տերմոս (կամ մի ալ ջրաման), պղար, դանակ, դաշտային պայուսակ, սանիտարական իրեր, հագուստ և այլն:



Նկ. № 1. ԱԼՊԻՆԻՍՏԻ ՀԱՆԴԵՐՋԱՆՔԸ

1. Սառցահատ. 2. Ակնոցներ. 3. Յերկաթյա ճանկեր. 4. Յերկաթյա ճանկերը կոշիկներին վրա ամրացնելու ձեռք. 5. Պարան (տրոսս). 6. Պայուսակ (ռուկղակ):

Դառնալից իրեր՝ վրան, քնելու պարկեր, վերմակներ, լամպ և այլն:



Ն4. № 2. ՎԱՅՐԵՋՔ ՊԱՐԱՆԻ ՈԳՆՈՒԹՅԱՄԲ

Պարանի ճիշտ գրությունն իջնելիս:

Մասնագիտական իրեր՝ սառցահատ, յերկաթյա ճանկեր, ափնոցներ, ալպինիստական պարան, պրիմուս և այլն:

Ահա այս բոլորը միասին վերցրած՝ կազմում են ալպինիստի հանդերձանքը, առանց վրի չի կարելի գնալ լեռները, մաքառել բնության տաբերքի դեմ, հաղթահարել նրա քմահաճույքները:

2. ԱԼՊԻՆԻՍՏԻ ՀԱԳՈՒՍԸ

Ալպինիստը պետք է ունենա հատուկ կարած հագուստ, վորը համապատասխանի լեռնային պայմանների բոլոր պահանջներին: Այդ դժվար չի անել: Ամեն մեկը կարող է այդպիսի հագուստ տանը կարել: Հաճախ դահուկային հագուստը հարմարեցնում են լեռնային պայմաններին, և այդ հագուստը շատ հարմար է, մանավանդ հեշտ և ձեռք բերվում:

Շալվարները կարող են լինել զանազան տեսակի, թե մահուդից և թե խակի կտորից (ըստ տարվա յեղանակների):

Լեռնային պայմաններում ավելի հարմար է հասարակ (վոչ գալիֆե, բրիչ, և այլն), ազատ և լայն շալվարը, վորը ծնկներից վեր բարձրացնելու հարմարություն պետք է ունենա:

Այդ շալվարը պետք է կարված լինի այսպես. դրսի կողմից՝ աջ և ձախ կողքից պետք է ունենա ձեղքվածքներ, վորը պետք է վերջնա ծնկից մի քիչ բարձր՝ միսանիկական կապով:

Շարժումների ժամանակ, շոգ յեղանակներին, շալվարի ներքևի մասը կարելի յե քանդել, վեր բար-



ՆԿ. № 3, ԱԼՊԻՆԻՍԸ ՁՅՈՒՆԱՊԱՏ ԳԱԳԱԹԻՆ
ԹԻՔ, ՓԻՐՆԱՅԻՆ ԵՐԱՆՈՎ ԶԱՐԺԻԼՈՒ ԿԱՐԳԸ:

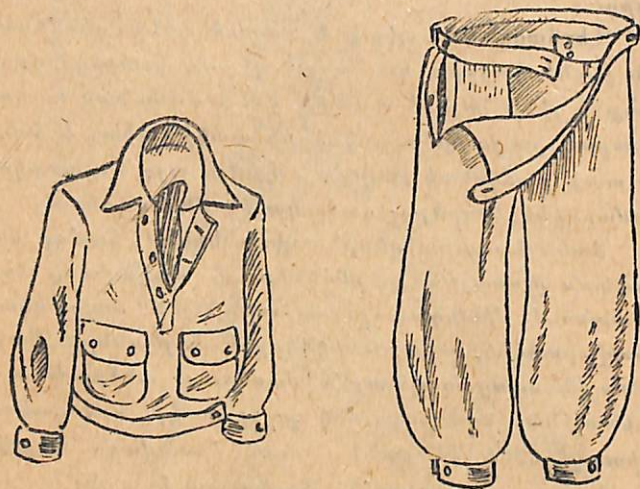
ձրացնել և ամրացնել այնտեղ՝ կոճակներով: Ստաց-
վում է մի տեսակ կիսավարտիկ—տրուսիկ: Այսպիսով
հեղտանում է ողի հոսանքը դեպի մարմինը, չափա-
զանց նվազում է քրտնելը և հոգնածությունը: Բացի
գրանից, յեղանակը փոխվելու դեպքում հեղտ է ծած-
կել և պահպանել վոտքերը ցրտից, քամուց և ան-
ձրեից:

Վերնագրեսը պետք է կարած լինի զինվորա-
կան խակի կտորից (կամ նման մի այլ կտորից), վորը
պետք է լինի լայն և արձակ: Ձմեռ ժամանակ և առ-
հասարակ ցուրտ յեղանակներին տակից պետք է հագ-
նել տաք բաճկոնակ (սվիտեր): Լավ է այդ նպատակով
հարմարեցնել դարձյալ դահուկային վերնագրեսը:

Տակի հագուստեղենի՝ սպիտակեղենի համար սո-
վորական լեռնային պայմաններում, մանավանդ Հա-
յաստանում, միանգամայն պիտանի յեն սովորական
կիսավարտիկները—տրուսիկները և մայկաները: Բայց
լեռնային սառցադաշտային մասերում անհրաժեշտ է
ունենալ նաև առնվազն մեկ դույզ տակի սովորական
սպիտակեղեն և մի քանի դույզ (առնվազն յերկու
դույզ) տաք սպիտակեղեն, ֆուֆայկա և այլն:

Արշալիների ժամանակ շատ լուրջ են կոթիկների
հարցը: Կարելի չէ ունենալ յերկու տեսակ կոշիկներ՝
լեռնային և սովորական: Լեռնային կոշիկած կոշիկ-
ներն ունեն մի շարք դրական հատկություններ: Ա-
ռաջինն այն է, վոր նրանք ունենում են բավական
հաստ ներբաշներ (պաղոս), վորոնք պահպանում են
վոտքի թաթը տրորվելուց, և կոշիկի տակն ավելի
ամուր է լինում: Համը լեղվակը (յերիզը) պահպանում
է ջուրը ներս ծծվելուց, իսկ առջևի կոշտ ծայրը պահ-

պանում ե վոտքերի մատերը քարերին կպցնելու դեպքում ջարդվածքներ ստանալուց: Այս կոշիկներն ունեն նաև բացառական հատկություններ՝ ծանր են, վերևի մասը կոշտ յուֆտի կաշվից ե և շատ աշխատանք ե պահանջվում՝ այն ավելի լավ պատրաստելու համար:



Նկ. № 4. ԴԱՆՈՒԿԱՅԻՆ ՀԱԳՈՒՍ

1. Վերնազգեստ. 2. Շալվար:

Բացի դրանից, լեռնային կոշիկների ներքաճք պետք ե անպայման լավ տեսակի լինի, վորպեսզի օրիկոնները (տակի մեխերը) պահի, վորոնք շատ շուտ կարող են դուրս ընկնել, հետագայում կոշիկի ներքանը հեշտությամբ կթրջվի ե շատ շուտ կմաշվի: Լեռնային պայմաններում ավելի լավ ե գործածել այս տեսակի կո-

շիկներ: Լեռնային պայմաններում, յերկաթյա ճանկերի բացակայության դեպքում, խոշոր ծառայություն են մատուցում օրիկոնները: Նախկին Պրոլետարիզմի ընկերությունների վրայի տրիկոնները հաճախ անբավարար են լինում, շուտ են վայր ընկնում, հեշտությամբ ծալվում են ե նպաստում են ներքաճքի շուտ փչանալուն: Բայց ե այնպես օրիկոններ զործածությունը լեռներում շատ անհրաժեշտ ե:

Մեզ մոտ՝ Հայաստանում, Արագածը ե այլ լեռներ բարձրանալիս կարելի յե տրիկոններ չգործածել: Այդ հնարավոր ե միայն ամառվա ամիսներին ե մասամբ դարնան ու աշնանը: Ձմռան պայմաններում տրիկոնների գործածությունը մեր լեռներում դարձյալ անհրաժեշտ ե:

Վոտքերի սրունքները պահպանելու համար, մեծ մասամբ գործ են ածում բրդե կամ հասարակ գետրիներ ե օղաղներ (փաթաթաններ): Բրդե գետրիները շուտ են փոշոտվում ու կեղտոտվում, հետո ձգվում են ե շարժման ժամանակ սկսում են ընկնել, լավ չեն պահպանում վոտքերը թացությունից, ջուր են ծծում. իսկ հասարակ գետրիներն առավել ևս վատ են:

Տոլաղները (սրունքների փաթաթանները) համեմատաբար լավ են գետրիներից, մանավանդ թեթե են, բայց շարժման ժամանակ հաճախ շուտ բացվում են ե դժբախտ դեպքերի պատճառ կարող են լինել: Մի շարք տարիների դիտողություններից մենք համոզվեցինք, վոր գետրիները պետք ե լինեն խիտ, ամուր կտորից, աստառով ե մեխանիկական կոճակներով: Այսպիսի գետրիները պետք ե ընդգրկեն կոշիկների վերին մասերը ե պահպանեն վոտքերը վոչ մի-

Այդ դեպքում վտուր սկզբում դեռ վորոշ անհարմարութիւնն և զգում, մինչև վոր այդ սովորական և դառնում և անհարմարութիւնը շուտով անհետանում եւ Վերելքի և վայելքի ժամանակ հարվածներն ու հրումներն ալելի փափուկ են լինում, վտուքերի քրտինքը ծծվում եւ նրանց մեջ, և վտտներն ալելի լավ են պահպանվում այդպիսի բրդե գուլպաների մեջ, քան հասարակ՝ բարակ գուլպաներ հաճնելու դեպքում։ Վտտի փաթաթանների գործածութիւնն այն առավելութիւնն ունի, վոր յերթի պայմաններում վտուք կարելի չե փաթաթել միշտ չոր ծայրով, իսկ փաթաթանի խոնավացած ծայրը կարելի չե վերբարձրացնել։

Այնուհետև անհրաժեշտ է, լոր ալպինիստն ունենա՝
 րա՛մ գրլխարկ (հարմար է ունենալ զինվորական ձմե-
 րային գլխարկ կամ Ֆիննական գլխարկ), ձեռնոցներ



Ն.Կ. № 6 ԱՄԽԻՆԻՍՏՆԵՐՆ ԱՐԱԳԱՍԻ ԶՅՈՒՆԱՍՏԻ ՎԱՅՐՁՔԻ ԺԱՄԱՆԱԿ. 1937 Ք. ՇՈՒՆԻՍ.

(բլդից) ձեռները ցրտից և սառչելուց պահպանելու համար, և մի գույգ ել մի մատնանի ձեռնոց: Տաք հագուստներ՝ բանկոնակ, (սվիտեր), տաք ֆուֆայկաներ. կարելի չե հանձնարարել նաև կարճ մորթե բանկոն, կամ քիմիական նյութերով ներծծված պլասչ:

3. ԱԼՊԻՆԻՍԸ ՅԵՐԹԻ ԺԱՄԱՆԱԿ

Առաջնակարգ նշանակություն ունի ալպինիստի համար բեռը տեղափոխելու գործը յերթի ժամանակ: Ալպինիստական բոլոր իրերի ձիշտ դասավորումը մեջքի պայուսակի մեջ՝ խոշոր նշանակություն ունի ճամբորդության հաջողության համար: Իր մեջքին յեղած իրերը տեղափոխելու համար ալպինիստին առաջադրվում են մի շարք պարտադիր կանոններ, վորոնց պետք է լավ գիտակ լինի ամեն մի ալպինիստ:

Այդ կանոնները հետևյալն են.

1. Բոլոր իրերը պետք է դասավորել այնպես, վոր չխանգարվի որդանիզմի ֆունկցիաների նորմալ գործունեությունը (շնչառությունը, արյան շրջանառությունը և այլն):

2. Բեռը չպետք է խանգարի մարմնի նորմալ շարժումներն արշավի տարբեր պայմաններում: Բեռը պետք է նպատակահարմար դասավորված լինի ալպինիստի ամբողջ մարմնի վրա:

3. Իրերի դասավորությունը չպետք է նեղություն պատճառի ալպինիստին շարժման ժամանակ:

4. Իրերը պետք է այնպես դասավորել մեջքի պայուսակի մեջ, վոր հնարավոր լինի այդ իրերով ազատ ոգտվել յերթի ամբողջ ընթացքում, և հեշտ լինի ցանկացած իրը հանել իր տեղից:

1-372194



5. Բեռը չպետք է տրորի ու ճնշի ալպինիստի մարմինը: Յեթն բեռը ծանր է և բաղկացած է բազմատեսակ իրերից, ապա այդ դեպքում իրերը պետք է այնպես դասավորել ուսերի, գոտու և կողքերի վրա, վոր հեշտ լինի մեջքով տանել և չխանգարի ալպինիստի շարժմանը: Բեռը ճիշտ դասավորելու դեպքում ամբողջ սիստեմի ծանրությունը կենտրոնը շատ մոտ է լինում ամբողջ իրանի նորմալ ծանրության կենտրոնին, և ալպինիստը կարող է քայլել բեռնավորված վիճակում և ուղղահայաց դրությունը, վորովհետև նրա ման դասավորության դեպքում թե շնչառությունը և թե արյան շրջանառությունը մնում են նորմալ վիճակում:

Համաձայն այն փորձերի, վոր կատարվել են ռազմա-բժշկական ակադեմիայի պրոֆեսոր Իվանովի և ավստրիացի հիդրենիստ Տուրիվալդի ղեկավարությամբ, առողջությանը չվնասելու համար ալպինիստի բեռը պետք է լինի նրա կենդանի քաշի մոտավորապես մեկ յերրորդի չափ:

Իհարկն է վորոշ կոնկրետ դեպքերում, նկատի ունենալով ալպինիստի ֆիզիկական կարողությունը և մարշրուտի դժվարությունները, այդ քանակը կարելի է պակասեցնել, կամ ավելացնել:

Մեջքի պայուսակը (ռուկզակը) լայն պետք է լինի և վոչ յերեք յերկար, տակի մասում պետք է կարված լինի յերկու փուկ (կամ կաշվից, կամ իրենկտորից), կապոցն ամրացնելու համար: Պայուսակի կապերը պետք է ունենան յերկու զույգ վերջավորություն, վորոնցից մեկն ամրացնում են պայուսակներքևի անկյուններին, իսկ մյուսը՝ փուկերին, այս-



Նկ. № 7. ԱԼՊԻՆԻՍՏՆԵՐՆ ԱՐԱԳԱՄԻ ՀԱՐԱՎԱՑԻՆ 86-Վ ԱՐԵՎՄՏՅԱՆ ԳԱԳԱՔՆԵՐԻ ՔԱՄՔՈՑԻՄ. ԴԻՏՈՒՄ ԵՆ ՇՈՒՄԻՍԱՑԻՆ ԳԱԳԱՔԸ (4096 Մ.)

պիսով հնարավորութիւնն ստեղծելով վողջ կապոցն ընդգրկելու:

Բեռն այս սխառեմով դասավորելու դեպքում հենման կետեր են ծառայում ուսերը, ազդրերը և գավակը: Բեռը նստում է մեջքի յերկայնքով: Ծանրութեան կենտրոնը մոտենում է իրանի ծանրութեան կենտրոնին: Վորպեսզի բեռը միշտ անշարժ մնա, կապոցն ամրացնում են գոտկատեղին և միացնում են շայուսակի հետ (նեքքին մասում): Այս դեպքում ստացվում է մի ազատ անցք պայուսակի և ալպինիստի մեջքի միջև, վորտեղից ոգը կարող է ազատ դուրս ու ներս անել և ապահով պահել մեջքը քրտնելուց, վորն անհափնասակար է շարժման ժամանակ:

4. ՅԵՐԹԱՅԻՆ ՅԵՎ ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԻՐԵՐ

Ալպինիստական արշավները պետք է ապահովված լինեն յերթային և մասնագիտական անհրաժեշտ իրերով: Յերթային իրերից անպայման պետք է ունենանալ տեղափոխման համար մեկ լիքացած սովորական ջրաման, բայց վորպեսզի ջուրը նրա մեջ յերկար ժամանակ սառը կամ տաք մնա, անհրաժեշտ է նրա վրա մահուդե ծածկոց հագցնել:

Կերակուր յեփելու համար պահածոներ տաքացնելու համար պետք է ունենալ մեկ հատ ալյումինե ափսե, ալյումինե տոբ, դանակ, պատարժաղ և այլն:

Պետք է ապահովված լինել նաև վրանով. շատ հարմար է ունենալ փոքր վրան—մոտ 8 հոգու համար, ապա՝ ֆեյոլ պարկեր և այլն: Հայաստանի լեռներում



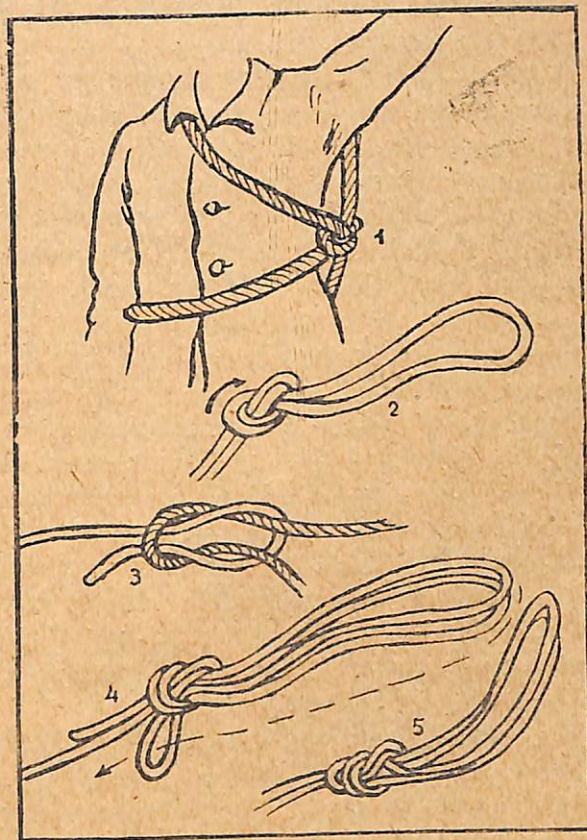
ՆԿ. № 8. ԱԼՊԻՆԻՍՏԻ ՀԱՆԴԵՐՁԱՆՔԸ

1. Հենակային մեխ ողով, 2 և 4 մուրճիկներ (2-սառույցի համար 4-ժայռերի համար) 5 և 3. Ինչպես խփել հենակային մեխերը (կաստիլները). վերինը՝ ճիշտ չն՝ միջինը՝ լավ է, նեքքեինը՝ բոլորից լավ է: 6. Կարաբին.

ամառվա արշավների ժամանակ քնելու պարկերի վոշմի կարիք չկա, վորովհետև խիստ ցրտեր չեն լինում, հաճախ կան բոլոր հնարավորությունները՝ լեռների հատարներին չգիշերելու, այլ դիշերը մոտակա բնակելի վայրերում անցկացնելու, կամ միայն վրաններով բավարարվելու: Քնելու պարկերի կարիքը կզգացվի միայն ձմեռվա ամիսներին: Այդ ամիսներին անպայման կզգացվի քնելու պարկերի կարիքը, և լավ կլինի, վոր այդ պարկերը պատրաստվեն բամբակի աստառով կամ մեջը բմբուլ լցնել, տաք լինելու համար:

Սառցադաշտերը և սառցապատ տաքածությունները կարելի չեն հաղթահարել միայն այն դեպքում, յերբ ալպինիստը գիշված է մասնագիտական գործիքներով՝ սառցահասներով, լեռնալին գավազաններով (ալպենզսոկներով), յերկաթյա նանկերով յեվ պտրանով: Սառցահատները պետք է լինեն պինդ նյութից, մասնավորապես ձմռան արշավների ժամանակ, յերբ ալպինիստը պետք է անցնի սառուցների վրայով: Հայաստանի պայմաններում, ամառվա ընթացքում հաղվադեպ է միայն զգացվում սառցահատի կարիքը (Ադմավանի լեռներում և այլն):

Այդ կարիքն ավելի շուտ կզգացվի ձմռան արշավների ժամանակ: Լեռնային գավազանները (ալպենշտոկներ) ամուր փայտից պատրաստված, սրածայր գավազաններ են, մետաղյա ծայրով: Լեռնային պայմաններում նրանք պիտանի կլինեն միայն այն դեպքում, յեթե պատրաստված լինեն պինդ նյութից, հակառակ դեպքում նրանք իրենց նշանակութունը բոլորովին կորցնում են: Կարելի է գործածել նաև սովորական, փայտից պատրաստված գավազաններ,



Նկ № 9. ԱԼՊԻՆԻՍՏԻ ՀԱՆԴԵՐՁԱՆՔԸ

1. Կրկնակի հանգույց իրանի վրա. 2. հասարակ (միապատիկ) հանգույց. 3. Յերկու ծայրերն ամրացնող հանգույց. 4. Կրկնակի հանգույց կապելու ձևը. 5. Պատրաստի կրկնակի հանգույց.

յեթե նրանք պինդ են, բայց անպայման մեռադյա-
սուր ծայր պետք է ունենան:

Յերկաթյա համկերի կարիքը չափազանց մեծ է
սառցապատ լեռներում: Նրանց կառուցվածքը և վորա-
կը մեծ նշանակութիւն ունի ձյունապատ ու սառցա-
պատ լեռներում անվտանգ փոխադրութիւններ անե-
լու համար: Անվտանգութեան տեսակետից մեծ նշա-
նակութիւն ունի կանոնավոր հազնելը, այսինքն,
այդ ճանկերը կոշիկների վրա ճիշտ և պինդ ամրա-
ցնելը:

Մեր յերիտասարդ ալպինիստների խոշոր թերու-
թիւններից մեկն այն է, վոր նրանք դեռևս լիովին
կամ նույնիսկ անհրաժեշտ չափով չեն յուրացրել ալ-
պինիզմի տեխնիկան: Հաճախ լեռնային արշավանքը
լավ չեն նախապատրաստվում, չեն հրահանգավորվում
և անհրաժեշտ լեռնային իրերով չեն ապահովվում,
վորը բղրում է նրանից, վոր մեր սկսնակ ալպինիստ-
ները չեն տիրապետում ալպինիզմի կանոններին և
ծանոթ չեն նրա տեխնիկային:

Ահա թե ինչու պետք է լուրջ ուսումնասիրել
ալպինիզմի տեխնիկան և տիրապետել այն:

Այդ անելով՝ բոլորն ավելի կսիրեն ալպինիզմը:

ՀՀ Ազգային գրադարան



NL0977657

10 СЕН 1937 4233

Гр. 40 4000

1

3721

В. ДАРЬИН

ОБОРУДОВАНИЕ

АЛЬПИНИСТА

Издание Комитета по делам физкультуры и
спорта при СНК Арх. ССР.

БРЕВЕНА

ГОСИЗДАТ

1937 г.