



中國香港挑戰網陣協會有限公司

Challenge Course Association of Hong Kong, China Co., Ltd.

康樂緣繩下降三級教練培訓工作坊 (甄別試)

技術指引

**1. 個人裝備檢查**

	裝備	標準
1	頭盔 (Helmet)	EN12492, EN397
2	安全帶 (Sit Harness)	EN12277, EN358, EN813
3	8 字環下降器 ( Fig 8)	EN15151 or equivalent
4	拯救 8 字環下降器 (Rescue Fig 8)	EN15151 or equivalent
5	下降器(Descending Control Device) 如：Tubular Device (ATC)	EN341, EN15151
6	普式繩 (Prusik) 一套(兩短一長) 緣繩上/下攀用	EN564
7	法式普式繩 (French Prusik) 自動掣停用	EN564
8	手動上鎖安全扣 (Karabiner)	EN362 / EN12275
9	扁帶 (Sling) 1 至 1.2M	EN566
10	短帶 (Quickdraw) 10cm 至 30cm	EN566
11	3 比 1 滑輪拯救套裝 (3:1 Pulley Rescue Kit)	滑輪(Pulley) EN12278 輔助繩索 (Accessory Cords) EN564
12	4 比 1 滑輪拯救套裝 (4:1 Pulley Rescue Kit)	滑輪(Pulley) EN12278 輔助繩索 (Accessory Cords) EN564
13	50M 繩	EN1891 type A

**2. 個人技術**

利用普式結(Prusik Hitch) 及 8 字環下降器,在一條緣繩下降線道中完成指定項目

1. 緣繩上 / 下攀
2. 緣繩上 / 下攀至指定位置，轉換下降。



中國香港挑戰網陣協會有限公司

Challenge Course Association of Hong Kong, China Co., Ltd.

3. 緣繩下降至指定位置，8字環下降器上鎖(Lock off)。
4. 緣繩上攀 / 下降過結 (Passing knot)
5. 繩過繩 / 過 M 繩技術 (Rope to Rope / Passing M)

### **3. 緣繩下降系統設置**

利用大會提供的指定器材(繩、鎖扣、扁帶及下降器等)，在錨栓(Anchor Bolt)、保護桿(Belay Bar)或保護鋼纜 (Belay Cable) 上設置應急下錨系統(Contingency Anchor System)。

### **4. 拯救**

利用應急下錨系統 (Contingency Anchor System)將被困學員從以下情況中拯救

- A. 可在平台釋放，需要操作應急下錨系統。
- B. 不能在平台釋放，需要操作 3 比 1 滑輪拯救套裝進行拖拉。
- C. 需要利用 4 比 1 滑輪拯救套裝進行陪隨式下降拯救。

### **注意△可接受的合理操作**

1. 兩條普式繩(Prusiks) 正確及有效地繫於繩索
2. 一條普式繩(Prusik) 在上方的下降模式
3. 一條普式繩(Prusik) 在下方的下降模式
4. 以全鎖(Full Lock)鎖緊的下降器
5. 直接使用鎖扣繫於主繩的繩結



### **注意 不合理操作**

1. 兩條普式繩(Prusiks) 在上方的下降模式
2. 普式繩(Prusiks)同時在上方及下方的下降模式
3. 失控下墮
4. 下降期間制動手離開下繩
5. 工具下墜地上
6. 使用中鎖扣未上鎖
7. 操作員使用下降器時的鎖扣方向向外