



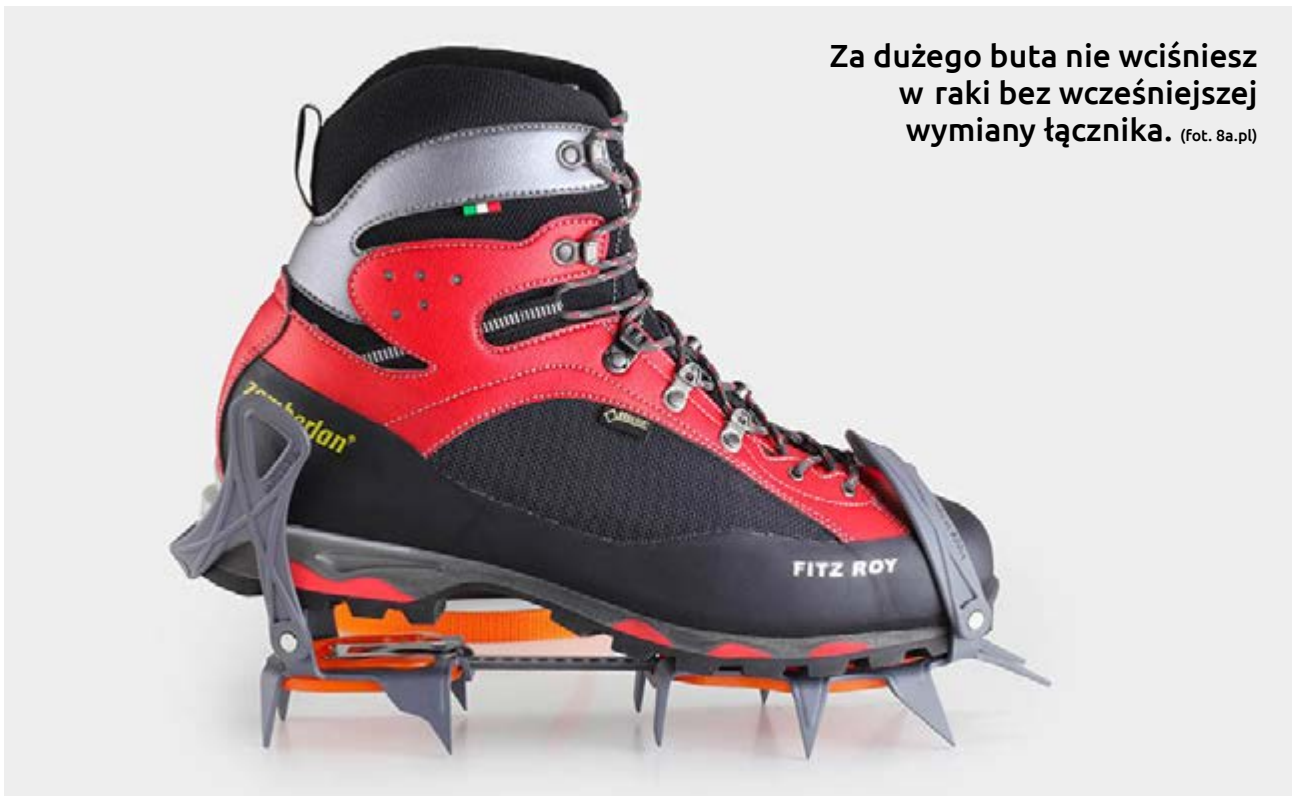
Raki koszykowe

wiązanie krok po kroku

Raki koszykowe cieszą się ogromną popularnością, głównie dzięki możliwości ich założenia na niemal każdy but trekkingowy. Musi on spełniać tylko jeden warunek – być wyposażony w odpowiednio sztywną podeszwę. Aby pewnie i bezpiecznie się w nich poruszać, niezbędna jest wiedza jak je prawidłowo wiązać.

Teoria to podstawa, ale faktem również jest, że to praktyka czyni mistrza. Nie pozwól by „pierwszy raz” odbywał się już na szlaku, gdy buty będą się chować w śniegu, zmarznięte ręce nie zechcą współpracować, a telefon straci zasięg i na poszukiwanie porady będzie za późno. Wbrew pozorom wiązanie pasków raków koszykowych jest niezwykle łatwe, ale dalecy jesteśmy od stwierdzenia, że

jest intuicyjne. Jeżeli przećwiczysz sobie zakładanie raków kilka razy „na sucho”, później nawet w trudnych warunkach uda Ci się to zrobić dosłownie w parę chwil. Za pierwszym razem jednak możesz polec na różnych etapach. To o tyle ważne, że źle zamontowany rak nie będzie ułatwiał poruszania się, a w ekstremalnych sytuacjach może narazić nas na spore niebezpieczeństwo.



Za dużego buta nie wciśniesz w raki bez wcześniejszej wymiany łącnika. (fot. 8a.pl)

Po pierwsze – długość

Aby dobrze dopasować rak koszykowy trzeba postawić go na ziemi. Nigdy nie wolno robić tego w powietrzu, unosząc nogę. Na samym początku wkładamy przód buta pomiędzy uniesione ograniczniki z przodu raka, a następnie dostawiamy piętę. Jeśli po takim montażu nie znajdzie się ona ściśle pomiędzy tylnymi ogranicznikami, oznacza to, że rak wymaga dalszego dopasowania. Większość raków posiada system regulacji długości na tyle łatwy w obsłudze, że nie wymaga on użycia dodatkowych narzędzi. Służy do tego blaszka, która podnosi trzpień i pozwala na przesunięcie przedniej części raka i łącnika aż do momentu uzyskania odpowiedniej długości. Gdy pięta znajdzie się pomiędzy wspomnianymi wcześniej ogranicznikami z tyłu raka, to idealny moment by przejść do dalszego montażu.

Nie pasują?

Może się zdarzyć – szczególnie w przypadku panów – że nawet rozciągając łącnik do maksymalnej długości, nadal rozmiar raków okaże się za mały. Co w takim przypadku? Rozwiązaniem są produkowane do większości raków koszykowych przedłużone łącniki (oznaczone Long lub L – zależnie od producenta), umożliwiające bezproblemową regulację na większe buty.

W przypadku znacznie mniejszych stóp może się znów okazać, że o ile rak będzie dobrze dopasowany, o tyle z tyłu będzie nam wystawać kawałek łącnika (coś a'la ostroga), co również może się bardzo źle skończyć, na przykład jeśli nim o coś zawadzimy. Część raków – na co warto zwrócić uwagę przy ich wyborze, szczególnie jeśli nosimy mały rozmiar buta – daje możliwość wysunięcia łącnika nie tylko do

Łącznik nie może wystawać za piętą jak ostroga! (fot. 8a.pl)



tyłu, ale też ku przodowi (właśnie po to aby schować końcówkę pod piętą). Dzięki temu nie będzie on zawadzać i narażać nas na niebezpieczeństwo, a jednocześnie umożliwi regulację.

Raki koszykowe – właściwe wiązanie

Teraz następuje moment właściwego wiązania raka na butcie. Jest to etap istotny dla ogólnego bezpieczeństwa użycia i jednocześnie bardzo prosty, wystarczy powtórzyć go kilka razy, by dojść do wprawy. Musimy wykonać go jednak bardzo dokładnie, bo jeśli rak nie będzie odpowiednio przylegał, to po prostu spadnie.

Najpierw trzeba przłożyć pasek przez przedni koszyk. Można to wykonać od góry do dołu lub odwrotnie (wybierz jedną z opcji i się jej trzymaj; wyrób nawyk), przede wszystkim uważając

przy tym, **by taśma się nie poskręcała**. Następnie, pamiętając o tym przykazaniu, przekładamy taśmę przez otwór w tylnym koszyku, koniecznie **od strony wewnętrznej**, a następnie prowadzimy taśmę od przodu buta do „sprzączki” – czyli kóteczek zamontowanych na początku taśmy (po przeciwnej stronie tylnego koszyka). Pierwszym ruchem jest przełożenie taśmy przez obydwa kóteczonek, a następnie „powrót”, ale tym razem z wciśnięciem taśmy pomiędzy mniejsze i większe kóteczonek. Pozostaje solidne dociągnięcie taśmy. Wspomniane kóteczonek działają podobnie jak klamry w nowoczesnych uprzążach wspinaczkowych – pozwalają łatwo przesuwać taśmę w jedną stronę (blokując ją w tym ustawieniu), utrudniają przy tym samoczynne luzowanie taśmy – nie reagują na ciągnięcie drugiego końca taśmy.



Włóż przód buta pomiędzy blaszki z przodu raka, później dostaw piętę

(fot. 8a.pl)



Jeśli pięta nie znalazła się pomiędzy blaszkami, musisz wyregulować długość raków

(fot. 8a.pl)



Dopasowanie długości łącznika nie stanowi problemu

(fot. 8a.pl)



Wystarczy odpowiednia regulacja (fot. 8a.pl)



Teraz raki są dopasowane idealnie (fot. 8a.pl)



Przeciągnij pasek przez przedni koszyk – pilnuj by taśma się nie skręcała. (fot. 8a.pl)



Teraz przeciągnij pasek przez otwór w tylnym koszyku po wewnętrznej stronie (Fot. 8a.pl)



I na koniec zapnij pasek w sprzączce. (Fot. 8a.pl)



Zbyt długi pasek będzie Ci przeszkadzał. Możesz go opleść lub po prostu obciąć (Fot. 8a.pl)



Teraz możesz wyruszać na oblodzone i zaśnieżone szlaki (Fot. 8a.pl)

Co z luźną taśmą?

Gdy już zamontujesz raki koszykowe do buta, zauważysz z pewnością, że został dość pokaźny kawałek „luźnej” taśmy. Nie można go jednak pozostawić samemu sobie – podczas wędrówki może się bowiem zaplątać w raki i spowodować poważne niebezpieczeństwo. Najlepiej więc oplątać odstającą taśmę w taki sposób, by nie przeszkadzała nam podczas wędrówki. Od czasu do czasu trzeba ją koniecznie kontrolować, czy przypad-

kiem nam się nie poluzowała i nie wróciła do pierwotnego stanu.

W sytuacji, gdy raka używamy wyłącznie z jednymi butami, lepszym rozwiązaniem będzie z kolei zwykajne przycięcie nadmiaru paska. Należy przy tym bardzo uważać, by nie przyciąć go zbyt krótko, co powoduje ryzyko odpięcia raka. Eksperci sugerują by zawiązane raki koszykowe miały około 8–10 cm zapasowego paska.

Zdejmowanie raków jest banalnie proste i możliwe w dosłownie kilka sekund. Należy w tym celu pociągnąć w kierunku pięty za umieszczoną przy drugim z kółeczek (tym, przez które przekładaliśmy taśmę dwukrotnie) „pętelkę”, która poluzuje nam paski. Resztę można bez większego problemu przeciągnąć z powrotem przez wszystkie elementy, w kolejności odwrotnej do zakładania.

Nie dla każdego buta

Tylko pozornie raki koszykowe można zakładać na „każde” buty. **Pamiętaj, że istnieje cała gama obuwia, przy których nie zaleca się stosowania raków koszykowych.** Zaliczają się do nich te buty, które mają zbyt miękką i elastyczną podeszwę. Nie chodzi tu o zastosowanie takiej czy innej gumy ale o odpowiednie warstwy usztywniające podeszwę. Nie każdy but górski nadaje się do zimowej turystyki, nie

każdy but zimowy może być bezpiecznie stosowany z rakami koszykowymi (o **mnożności rodzajów i przeznaczeń butów wrzucanych hurtem do worka z napisem „górskie” pisaliśmy w jednym z wcześniejszych artykułów**). To, że uda się raki koszykowe na buty założyć, nie gwarantuje jeszcze, że uda się je na nich utrzymać po kilku godzinach marszu w śniegu!

Ale jak przekonać się co tkwi we wnętrzu buta bez jego rozcinania? Można to sprawdzić poprzez próbę zgięcia podeszwy – jeżeli zauważamy, że opór jest znikomy czy niewielki, a buty wyginają się dość plastycznie, **nie powinniśmy stosować ich do raków**. Może to doprowadzić do złamania łącznika, czy permanentnego luzowania się raka, co w terenie górskim jest nie tyle nieprzyjemną niespodzianką, co zwyczajnie niebezpiecznym zdarzeniem. ■

