

Skala trudności G3R (STG)

Skala trudności szlaków uwarunkowana poziomami wymaganej techniki jazdy.

Wprowadzenie

Polscy wspinacze stosują system skali wspinaczkowej Kurtyki, który jest ogólnie przyjęty i według niego ocenia się trudność danej ścianki.

Analogiczny zamysł mieliśmy tworząc skalę, której celem jest ujednoczenie zasad oceny trudności zjazdów uwzględniając orientacyjnie przyjęte przeszkody jakie mogą znaleźć się na szlaku, harmonizując je w odpowiednie poziomy.

Obserwując polską scenę rowerową zaobserwowaliśmy różne „wewnętrzne” skale małych grup rowerowych, jednak nigdzie nie znaleźliśmy uniwersalnego systemu, który byłoby szczegółowo opisany z uwzględnieniem zasad jakimi kierował się twórca.

Zaproponowany system oceny trudności szlaków w żadnym wypadku nie klasyfikuje szlaków typu fajny, nie fajny, ani nie wyszczególnia i definiuje stylów jazdy np. freeride, enduro, xc etc., daje jednak możliwość porównywalności szlaków pod względem trudności dla większej grupy rowerzystów, poprzez przepływ i zrozumienie informacji na temat trudności szlaku i orientacyjnej informacji jakich przeszkód rowerzysta może się na danym szlaku o teoretycznie określonym poziomie spodziewać, co automatycznie nakreśla ogólny obraz jaką trzeba mieć technikę jazdy aby podołać danemu szlaku.

Skala trudności

Skala trudności dotyczy szlaków rowerowych i pieszych, a także ścieżek zagospodarowanych (przygotowane trasy z sztucznie ustawionymi przeszkodami) i niezagospodarowanych (np. leśna ścieżka nie będąca szlakiem) po których możliwe jest poruszanie się rowerem (pojazdem jednośladowym napędzanym siłą mięśni ludzkich).

Skala zawiera się w trzech ogólnych stopniach trudności łatwe, średnie, trudne. Ogólne stopnie trudności dotyczą umiejętności „przeciętnego rowerzysty” korzystającego z roweru, który posiada: pełną amortyzację, w tym przedni amortyzator $\geq 150\text{mm}$, hamulce tarczowe, specjalne opony etc. Nie są to oczywiście konieczne warunki, jednak coraz częściej preferowane przez rowerzystów i znacznie ułatwiają rowerową turystykę górską.

Szczegółowa klasyfikacja i dokładny opis szlaków (także ogólnych poziomów trudności) zostają zawarte w sześciu szczegółowych poziomach trudności, które mieszczą się w zakresie P1 do P6. Należy rozumieć, że dolna granica skali (P1) zawiera szlaki/miejsca łatwo przejezdne, nie stanowiące żadnych problemów dla przeciętnego rowerzysty. Za to w górnej granicy (P6) mieszczą się szlaki/miejsca, które są nieprzejezdne dla przeciętnego rowerzysty i jedynie garstka rowerzystów jest w stanie podołać szlakom/miejscom z tego zakresu.

Ogólny stopień trudności: łatwe zawiera poziom P1, średnie określone są przez P2 i P3, a w trudnych mieszczą się P4, P5 i P6.

Założenia skali

Aby skonstruować możliwie najbardziej obiektywną skalę trudności szlaków należy wprowadzić niezbędne założenia by oczyścić skalę z czynników subiektywnych i nie wprowadzać korzystającego w błąd.



Założenia:

- skalę trudności stosujemy do szlaków płaski i opadających, nie uwzględniamy podjazdów,
- suche podłoże,
- jazda przy świetle dziennym,
- nie uwzględniamy zmienności pogody (mgły, deszczu, śniegu, mżawki, lodu czy rosy),
- zmiany trudności szlaku pod wpływem wzrostu prędkości,
- nie oceniamy miejsc definitywnie nieprzejezdnych (np. pionowe ściany skalne z łańcuchami).

Trzeba zwrócić uwagę, że trudność szlaków diametralnie wzrasta pod wpływem złych warunków pogodowych czy wzrostu prędkości dlatego by obiektywnie oceniać i porównywać poszczególne szlaki należy te czynniki z modelu wyeliminować.

Konstrukcja skali

Dla poprawnej oceny i lepszego zobrazowania szlaków przyjęto kilka kryteriów, które powinny korzystającemu ułatwić określenie trudności szlaku/miejsca dzięki nakreśleniu jakich orientacyjnych trudności może się spodziewać na danym poziomie.

Kryteria:

- podłoże,
- przeszkody,
- nachylenie,
- zakręty,
- technika jazdy,
- ryzyko.

Instrukcja stosowania:

Aby nie zawyżać oceny trudności szlaku kierując się najtrudniejszym miejscem znajdującym na danym szlaku przyjęto konwencję podwójnej oceny. Dany szlak otrzyma ocenę za średnią trudność i za najtrudniejsze miejsce. Często zdarza się, że średnia trudność danego szlaku znacznie różni się od najtrudniejszego miejsca na owym szlaku. Dodatkowym plusem takiego podejścia będzie stosunkowo precyzyjna ocena ujęta w bardzo przystępny i łatwy do zapamiętania sposób.

Ujęcie graficzne: **P N/n**, gdzie:

P – to poziom.

N – pierwsza liczba wyraża uśrednioną, ogólną ocenę szlaku. Należy przez to rozumieć trudność jaką szlak wykazuje w swojej „głównej” części zjazdu. „Główną” część zjazdu najlepiej wytłumaczyć przykładem. Główną częścią zjazdu np. z Lubonia Wielkiego jest odcinek: od szczytu aż do wyjazdu z lasu, do głównej części nie będzie należeć droga pomiędzy polami, uznając, że jest to pewnego rodzaju droga dojazdowa.

Gdy szlak składa się z kilku charakterystycznych odcinków, które znacznie różnią się poziomem trudności bezpieczniej z punktu widzenia obiektywności oceny oceniać je z osobna.

n – druga liczba wyraża ocenę najtrudniejszej sekcji (miejsca) na danym szlaku.

N i n należą do liczb naturalnych zawierających się w <1,6>.



Dodawanie „*”. Oczywiście na szlaku mogą pojawiać się momenty definitywnie nieprzejezdne (np. Babia Góra, niektóre sekcje na żółtym szlaku, przykładowo pionowa ścianka z łańcuchami). Nie wyceniając jednak takich miejsc (zob. jedno z założeń skali), dodajemy do oceny, „*”, co automatycznie przyszłym zainteresowanym daje informację, że na szlaku pojawią się miejsca definitywnie nieprzejezdne po których trzeba znosić, przenosić, wynosić etc. rower. Np. ocena szlaku „X” P 2/5*. Może to dotyczyć także leżących drzew, głazów na szlaku, uniemożliwiających przejazd.

Opisy poszczególnych P – poziomów

Poziom trudności P1

Na poziomie P1 nie natrafimy na specjalne trudności, podłoże jest bardzo przyczepne, szuter jeżeli występuje jest bardzo związany i nie wymaga specjalnych umiejętności hamowania. Stopnie, skały, schody, korzenie z reguły nie występują, a jeśli już to przeszkody do 10cm. Zakręty szerokie, nie wymagają skręcania w miejscu, łatwe do przewidzenia. Nachylenie nie wymaga przenoszenia środka ciężkości nad tylne koło. Bardziej strome momenty jeżeli występują, to przy bardzo dobrej przyczepności.

Przykładem może być szlak prowadzący przez łąki, bardzo prostą leśną dróżkę.

Generalnie każdy przeciętny rowerzysta nie będzie miał problemu by podołać szlakowi/miejscu o tym poziomie.

Podłoże:	przyczepne i związane, występujący szuter w niewielkich ilościach bardzo związany.
Przeszkody :	w zasadzie nie ma żadnych przeszkód, jeżeli są to bardzo małe, do 10cm.
Nachylenie:	nie wymaga przenoszenia środka ciężkości nad tylne koło, bardziej strome miejsca z bardzo dobrą przyczepnością.
Zakręty:	szerokie, umożliwiające przygotowanie, nie łączące się w sekwencje, niewymagające skręcania w miejscu.
Technika:	utrzymania równowagi podczas jazdy z prędkością ok. 10km/h.
Ryzyko:	z reguły nie występuje.

Przykładowe szlaki/miejsca

- Luboń Wielki, zielony szlak prowadzący do Rabki Zaryte P 1/2
- Klimczok, zielony szlak prowadzący do Szczyrku P 1/2
- Leskowiec, niebieski szlak prowadzący do Tarnawy P 1/1

>Przykładowe zdjęcia

Poziom trudności P2

Na szlakach o poziomie P2 należy się liczyć z przeszkodami typu małe korzenie i kamienie. Zdarza się także trafić na drogi po zwózkowe czy rynny wyżłobione przez spływającą wodę. Podłoże nie jest już tak związane, ani trwałe jak miało to miejsce w poprzednim poziomie. Należy liczyć się ze wzrostem



nachylenia do ok. <22 stopni. Zakręty stosunkowo ciasne, mogą występować w sekwencjach, jednak nie spotkamyagrafek.

Przy poziomie P2 należy posiadać podstawy techniki jazdy, a także umiejętności wyważonego hamowania. Należy pracować ciałem – powinno się jechać na stojąco.

- Podłoże:** niekoniecznie przyczepne i związane; możliwe małe korzenia i kamienie, bez możliwości przyblokowania przodu.
- Przeszkody :** do 20cm, rynny erozyjne, drogi po wózkowe.
- Nachylenie:** <22 stopni.
- Zakręty:** stosunkowe ciasne, bywają zaskakujące, występują w sekwencjach, bez znacznych przeszkód.
- Technika:** podstawowa, praca ciałem.
- Ryzyko:** upadku z wysokości roweru, nie ma problemów z kontrolą prędkości, prawdopodobieństwo skaleczenia małe.

Przykładowe szlaki/miejsca

- Kudłoń, czarny szlak w kierunku Koniny P 2/3
- Uklejna, czerwony szlak prowadzący do Myślenic P 2/3
- Mogielica, niebieski szlak prowadzący Jurkowa P 2/3

>Przykładowe zdjęcia

Poziom trudności P3

Szlaki mieszczące się w P3 wymagają pokonywania większych kamieni i korzeni. Należy także liczyć się ze stopniami i uskokami, mogą wystąpić także schody o niedużym nachyleniu. Podłoże nietrwałe, często niezwiązane i „płynne”. Nachylenie miejscami może wynosić do 35 stopni.

W średnim poziomie wymagana jest bardziej zaawansowana technika jazdy, teren wymaga ciągłej gotowości hamowania, należy także posiadać umiejętność wyważonego hamowania bez gwałtownych odruchów blokowania kół. Bardzo istotne jest przenoszenie środka ciężkości nad tylne koło czego wymaga wzrost nachylenia dla utrzymania równowagi. Koncentracja wskazana.

- Podłoże:** luźne, nie zwięzłe, płynne, występują większe korzenie i kamienie przy łagodnym nachyleniu, wymagane korekty toru jazdy.
- Przeszkody :** do 40cm, nieduże uskoki, stopnie i płaskie schody, wyłukane koryta, pojedyncze przeszkody mogące blokować przód.
- Nachylenie:** <35 stopni.
- Zakręty:** ciasne i zaskakujące skręty przy łagodnym nachyleniu, łatwe agrafki nie wymagające przestawiania tyłu.
- Technika:** wymagana zaawansowana.
- Ryzyko:** przelecenia przez kierownicę, upadku w stromym terenie, nie powinno nadmiernie obciążać psychiki, nie ma problemów z kontrolą prędkości.



Przykładowe szlaki/miejsca

- Luboń wielki, czerwony szlak prowadzący do przełęczy Glisne P 3/3
- Skrzyczne, zielony szlak prowadzącego do Szczyrku (górnny odcinek) P 3/3
- Gaiki, średnia ocena niebieskiego szlaku P 3/3

>Przykładowe zdjęcia

Poziom trudności P4

Przy poziomie P4 podłoże najeżone jest dużymi kamieniami, sekcjami korzennymi i pojawić się mogą głązy. Struktura podłoża jest często nie związana, mało przyczepna i śliska. Może pojawiać się gruby szuter. Przeszkody zaczynają być bardziej wymagające, wysokie uskoki, stosunkowo strome schody z jednolitej materii (np. całe z kamienia), zakręty w formie agrafek. Zdarzają się trudne miejsca o dużym nachyleniu, jednak da się na nich zatrzymać.

Poziom P4 wymaga bardzo dobrego opanowania roweru, miejscami konieczne jest zatrzymywanie się w stosunkowo trudnych miejscach, gdzie należy wykazać się umiejętnościami balansowania dla utrzymania równowagi. Bardzo dobre wycucie hamulców jest konieczne. Należy jechać cały czas skoncentrowanym. Mimo, że szlaki P4 są trudne, nie trzeba posiadać umiejętności trailowe.

Podłoże:	mało przyczepne, stosunkowo śliski gruby szuter przy łagodnym nachyleniu, strome sekcje kamienne i korzenne.
Przeszkody :	uskoki do 60cm, stosunkowo strome schody (z jednolitej materii) bez utrudnień (jak np. poprzeczne belki drewniane).
Nachylenie:	>35 stopni, strome ścianki z dobrą przyczepnością (np. płyty skalne)
Zakręty:	ciasne agrafki, które da się przejechać bez przestawiania tyłu jednak jest to ryzykowne, zakręty z niewielkimi przeszkodami, skręty na stromiznach z dobrą przyczepnością.
Technika:	bardzo dobra kontrola roweru.
Ryzyko:	groźące poważnym potłuczeniem, ekspozycja lub przeszkody powodują uczucie lęku, występuje prawdopodobieństwo utraty kontroli nad prędkością.

Przykładowe szlaki/miejsca

- Kudłoń, górna część czarnego szlaku (do Jastrzębia – Polany) prowadzącego do Lubomierza P 4/4
- Szczebel, czarny szlak prowadzący do Mszany Dolnej (nie uwzględniając Ambony – P5) P 4/5
- Babia góra, dwie ścianki znajdujące się na czerwonym szlaku (grań) prowadzącym na Krowarki P4

>Przykładowe zdjęcia



Poziom trudności P5

W P5 mieszczą się bardzo trudne szlaki/miejsca, które z reguły są strome i do tego przeszkody są w formie głazów czy ambitnych sekcji korzennych. Na szlakach o tym poziomie należy liczyć się z piargami, nietrwałym podłożem typu luźno toczące się kamienie i to często przy dużym nachyleniu. Szlaki miejscami są tak strome, że zatrzymanie się nie jest możliwe. Występują wąskie i strome agrafki, wysokie stopnie gdzie występuje wysokie prawdopodobieństwo zahaczenia rockingiem/zębatką, a także ryzyko przelecenia przez kierownicę.

P5 są w stanie pokonać bardzo dobrzy rowerzyści, którzy posiadają umiejętności przestawianiu tyłu i przodu (zazwyczaj jest to konieczne). Świetne wyczucie hamulców, a także bardzo dobry balans ciałem, bez tego niektóre miejsca nie są do przejechania. Przeciętny rowerzysta powinien być także gotowy, że w wielu miejscach nie jest w stanie się zatrzymać ponieważ jest tak stromo (duży wpływ ma również podłoże po jakim się jedzie). Wymagane są podstawowe umiejętności trailowe.

- Podłoże:** mało przyczepne, śliski gruby szuter przy dużym nachyleniu, piargi, duże kamienie i sekcje korzenne na raz, które mogą blokować przednie koło.
- Przeszkody :** uskoki =>60cm z trudnym najazdem lub/i lądowaniem, ścianki z uskokami, strome schody z utrudnieniami (np. kamienne schody z drewnianymi poprzecznymi belkami, z zakrętami etc.), sekwencje przeszkód blokujących koła.
- Nachylenie:** >35 stopni.
- Zakręty:** bardzo ciasne i wąskie agrafki, szerokie skręty na stromiznach z luźnym podłożem lub przeszkodami, sekwencje skrętów w stromym terenie, kombinacje z dużymi przeszkodami.
- Technika:** bardzo dobra kontrola roweru z umiejętnościami trialowymi (przestawianie tyłu i przodu).
- Ryzyko:** odniesienia poważnego urazu, ekspozycja lub przeszkody obciążają psychikę w znacznym stopniu, problemy z kontrolą prędkości.

Przykładowe szlaki/miejsca

- Szczebel, końcówka czarnego szlaku (tzw. Ambona), ostatnia ścianka (rynną)
- Babia góra, kilka sekcji żółtego szlaku, (np. ścianka zaraz po łańcuchach)
- Velky Chocz, ścianka (pod szczytem) znajdująca się na czerwonym szlaku

>Przykładowe zdjęcia

Poziom trudności P6

P6 cechuje teren naszpikowany ogromną ilością głazów, dużych kamieni czy trudno przejezdnych korzeni, które blokują koło. Kolejnym problemem są wystające kamienie w przeciwnym kierunku niż kierunek jazdy (tzw. przeciwstok), to powoduje bardzo duże ryzyko przelecenia przez kierownicę. Podłoże to luźno toczące się kamienie, luźne płyty skalne czy piargi. Przeszkody jakich należy oczekiwać to bardzo wąskie agrafki, w których praktycznie nie ma miejsca na przestawianie roweru, następujące po sobie bardzo wysokie stopnie/uskoki, bardzo strome schody (nie ma możliwości zatrzymania się) lub/i zwalone drzewa. Bardzo często występujące przeszkody są na bardzo stromym stoku.

Istotnym utrudnieniem jest częsty brak drogi hamowania przed kolejną przeszkodą.



Należy podkreślić, że czasami wystarczy jeden z wyżej wymienionych warunków by szlak był skrajnie nieprzejezdny.

Patrząc realistycznie jest bardzo mało rowerzystów, którzy odważą się i podołają szlakom/miejscom o poziomie trudności P6. Szlaki te często trzeba pokonywać sekwencjami, pojęcie płynnej jazdy zanika do poziomu bliskiego zeru, zjechanie miejsc o tym poziomie trudności musi być bardzo dobrze przemyślane gdyż nachylenie miejscami jest tak duże, że nie ma możliwości zatrzymania się. Często droga hamowania jest bardzo krótka lub nie ma jej w ogóle dlatego reakcje rowerzysty muszą być natychmiastowe. Niektóre przeszkody muszą być przeskakiwane.

Z reguły noszenie roweru i schodzenie na tego typu szlakach jest bardzo trudne, nie wspominając o jeździe.

- Podłoże:** rumowiska skalne, wystające kamienie w przeciwnym kierunku niż kierunek jazdy, wolno toczące się kamienie, duże ilości żwiru niezwiązanego z podłożem, piasek, bardzo strome sekcje korzenne.
- Przeszkody :** kilka następujących po sobie bardzo wysokich stopni, bardzo stromy stok, bardzo strome schody z utrudnieniami (np. wysokie blokujące stopnie), wystające garby, duże kamienie (głazy) o nietrwałym ułożeniu.
- Nachylenie:** >>35 stopni.
- Zakręty:** bardzo wąskie i strome agrafki z dodatkowymi przeszkodami (np. uskokiem lub wystającymi korzeniami), skręty na ściankach, połączenia dużych przeszkód z zakrętami w stromym terenie.
- Technika:** wyśmienita kontrola roweru, zaawansowane techniki trialowe, przestawianie tylnego czy przedniego koła w bardzo ograniczonym zakresie.
- Ryzyko:** skaleczenia bardzo duże, drobny błąd może doprowadzić do znaczących uszkodzeń lub śmierci, ekspozycja i przeszkody powodują paraliżujący strach.

Przykładowe szlaki/miejsca

- Luboń Wielki, żółty szlak prowadzący do Rabki Zaryte (Perć Borkowskiego) P 5/6*
- Velky Chocz, ścianka (leśna) znajdująca się na zielonym szlaku schodzącego z przełęczy do Vysnego Kubina
- Babia Góra, niektóre sekcje dolnej części żółtego szlaku po łańcuchach (Perć Akademicka) np. bardzo strome schody z zakrętem

>Przykładowe zdjęcia

Ważne!

Należy dodać pewne uzupełnienie. Nie wszystkie kryteria muszą zostać spełnione by daną sekcję zakwalifikować do określonego poziomu. Zdarza się, że wystarczy jedno, dwa kryteria z danego poziomu by na ich podstawie zaklasyfikować szlak do danego poziomu lub nadać miejscu dany poziom.



Przykładowa wycena szlaku/miejsca:

Trasa: Szczebel – Zarąbki (Mszana Dolna), czarny szlak

Z początku ze szczytu prowadzi ścieżka o poziomie P3. Na szlaku występuje wiele luźnych kamieni, korzenie, miejscami pojawiają się także uskoki. Kontynuując trawersem narasta przeszkód, szlak wykazuje trudność o poziomie mocne P3 zahaczając o P4. Aż do miejsca, gdzie trzeba zmierzyć się z ogromną ilością stosunkowo luźnych kamieni (bardzo charakterystyczne miejsce – gładowisko). To miejsce wykazuje trudność P4. Jadąc dalej szlak wykazuje trudność mocne P3 aż do tzw. Ambony gdzie szlak staje się coraz bardziej stromy. W pierwszej fazie stromizny szlak wykazuje trudność P4, która sukcesywnie wzrasta przez coraz większe nachylenie stoku i dużą ilość towarzyszących jej kamieni i korzeni. Następnie szlak staje się bardzo wąską i stromą rynną, która ma trudność P5. Poprzez sypki grunt i nachylenie zatrzymanie się jest bardzo trudne (możliwe), największy problem stanowi utrzymanie bezpiecznej prędkości ponieważ pod koniec rynny należy delikatnie odbić w prawo. Po tym odcinku szlak staje się łagodniejszy i po przejechaniu przez rzekę główna część zjazdu kończy się i zaczyna się droga zwózkowa w stronę Mszany dolnej, której nie zaliczamy do głównej części zjazdu i nie wyceniamy (droga dojazdowa).

Ocena szlaku: P 4/5

Osoby mające czynny wkład w tworzeniu skali: Klaud, Seb, Tolek, Wojtek.

www.G3Riders.com

[G3R.facebook](https://www.facebook.com/G3Riders)

