Хождение по стропе – отличный активный отдых

Все помнят сказку «Три толстяка» Юрия Олеши и одного из героев, бесстрашного канатоходца Тибула, революционера и лучшего акробата страны. Сейчас хождение по канату можно увидеть лишь в цирке. Но, есть вид спорта, который сможет каждого увлекшегося им приблизить к волевым циркачам. Спорт этот называется слэклайн – стропохождение – хождение по «провисающему» канату, который закреплен свободно, способен отклоняться вниз и в обе стороны. Отличие от натянутого каната заключается в том, что идущий по стропе должен с помощью ног сопоставлять ее с центром тяжести своего тела.

Слэклайн – это отличный отдых, плюс хождение по стропе позволит развить умение контролировать ситуацию и научит держать равновесие. Он предполагает натянутую между двух деревьев (или любыми другими опорами) прочную ленту шириной 15-50 мм с помощью простейшей системы крепления. Натянуть ленту очень легко. Спецодежды и обуви для этого вида спорта нет, новичкам советуют ходить по стропе босиком.

Для слэклайна нужны терпение и желание покорить этот вид спорта потому, что сразу не получается удержать равновесие. Натягивать стропу нужно так низко, что стоя на ее середине до земли оставалось 25 см. Длина строп бывает разная, самая малая – это восемь метров. Максимум неограничен, но считается, что оптимальная длина ленты – 13 м. Для новичков советуется стропа шириной 50 мм. Выбор строп для слэклайна огромен, и предусмотрен как для начинающих, так и для профессионалов. Тем более что для комплекта можно покупать и отдельные его части (если лента износилась или система крепления устарела). Для комплектов предусмотрены разные аксессуары, которые смогут изменить конфигурацию натяжной системы.

Перед хождением по стропе нужно размяться; не советуется также прибегать к помощи посторонних. Лучше всего сосредоточиться и постараться сделать первые шаги самостоятельно. Стропу подбирают под навыки того, кто по ней собрался ходить, не стоит новичку пользоваться слэком профессионала. Этот вид спорта, как и другие, предусматривает возможность получения различных травм, поэтому перед хождением по стропе необходимо ознакомиться с правилами безопасности.