

MANEJO DA CORDA QUANDO SE ESTÁ GUIANDO

Júlio César Paes de Mello

- Frequentemente, inclusive os tarimbados escaladores, não dão a devida importância a essa simples técnica, ou simplesmente generalizam aplicando somente uma técnica para todas as situações ("*corda sempre por cima da perna*"). Não é bem assim, cada situação deve ter sua técnica correspondente, com isso, podemos evitar graves lesões. São dois conceitos básico :

1 - Se a última proteção que você costurou estiver a sua esquerda, a corda deverá estar passando por cima do seu pé esquerdo ou de sua coxa esquerda. De forma análoga, funciona para o lado direito (**figura 1**).

2 - Porém se a última proteção que você costurou estiver exatamente abaixo de você, a corda deverá estar passando entre as suas pernas, é isso aí, entre as suas pernas (**figura 2**).

As figuras abaixo elucidarão as dúvidas.

Figura 1



Corda sobre a Coxa



Corda sobre o Pé



Corda entre as Pernas. Atenção! ERRADO!!

Figura 2



Corda entre as Pernas. Forma Correta!!



Corda sobre a Coxa. Atenção! ERRADO!!