



## **Инструкция по технике безопасности**

### **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

- 1.1. Настоящая инструкция обязательна для исполнения участниками и судьями во время проведения І этапа Открытого Кубка города Москвы по спортивному туризму на комбинированных дистанциях (соревнования по поисково-спасательным работам).
- 1.2. Команда, проходящая дистанцию соревнований по ПСР, считается группой, вышедшей в спортивный туристский поход, и вся полнота ответственности за действия команды на этапах, а также ЗА ЖИЗНЬ И ЗДОРОВЬЕ УЧАСТНИКОВ ложится на руководителей и участников команды в соответствии с действующими правилами.
- 1.3. В случае отсутствия в информации об этапе рекомендуемых действий команды руководитель команды при прохождении данного этапа может поступать по своему усмотрению, в соответствии с общепринятыми требованиями безопасности.
- 1.4. В случае, если руководитель сомневается в возможности безопасного прохождения командой дистанции или отдельного этапа соревнований (по причине физической усталости, технической неподготовленности и т.п.), он ОБЯЗАН снять команду с соревнований или пропустить данный этап.
- 1.5. Все участники и судьи соревнований обязаны знать и соблюдать правила соревнований по ПСР, Положение о соревнованиях, их Условия, а также Инструкцию по технике безопасности.
- 1.6. Все участники и судьи должны соблюдать нормы поведения спортсмена, быть вежливыми и дисциплинированными.
- 1.7. Ответственность за знание инструкции по безопасности и выполнение ее требований участниками соревнований возлагается на руководителей команд.
- 1.8. Ответственность за знание инструкции по безопасности и выполнение ее требований судьями соревнований возлагается на начальников судейских бригад.

### **2. СНАРЯЖЕНИЕ**

- 2.1. Экипировка участников, их снаряжение должны соответствовать требованиям Правил, Положения и Общих условий соревнований. Все снаряжение и оборудование, используемые участниками при прохождении дистанции, должны быть допущены к применению технической комиссией.
- 2.2. Руководитель команды должен постоянно контролировать состояние снаряжения в процессе соревнований, а также не допускать применения снаряжения, пришедшего в негодность. Судейская коллегия имеет право на любом этапе проверить качество снаряжения команды.
- 2.3. Основными (рабочими) веревками для выполнения технических приемов на этапах (таких как организация перил, страховки, сопровождения, полиспада и т.д.) считаются веревки диаметром не менее 10 мм, не имеющие повреждения оплетки и прядей.
- 2.4. Для выполнения технических приемов могут использоваться только карабины промышленного производства с муфтами, имеющие выработку в углах гибки не более 1 мм. Карабины без муфт разрешено использовать только во вспомогательных целях (развеска снаряжения и т.д.).
- 2.5. Допускается использование только сертифицированных страховочных систем, изготовленных промышленным способом. Веревка, используемая для соединения концов страховочного пояса, беседки и для блокировки, должна быть основной диаметром не менее 10 мм. Длина уса само страховки не должна превышать 2,5 метра.
- 2.6. Участник обязан находиться в рукавицах (перчатках) при выполнении следующих технических приемов:
  - а) спуск по перилам;
  - б) выполнение страховки;
  - в) движение по навесной переправе, заявленной в условиях соревнований как наклонная переправа;
  - г) работа с сопровождающей веревкой при прохождении участником навесной переправы;
  - д) работа с транспортной (грузовой) веревкой при спуске участников (пострадавшего) по склону.
- 2.7. В качестве материала для изготовления опорных петель могут применяться отрезки основной веревки диаметром не менее 10 мм. В случае, когда опорная петля является пунктом само страховки более чем для одного участника, она должна быть выполнена из двойной веревки.
- 2.8. По п. 2.5, 2.7 вместо основной веревки, а так же по п. 5.7, 5.9.4 вместо репшура – разрешено применение сертифицированной стропы, допущенной технической комиссией.

### 3. ПЕРЕДВИЖЕНИЕ ПО ДИСТАНЦИИ

- 3.1. При передвижении по дистанции по дорогам общего пользования участники должны соблюдать правила дорожного движения.
- 3.2. На любом участке дистанции руководитель команды должен знать свое местонахождение и аварийные выходы с дистанции.
- 3.3. Руководитель команды должен всегда знать, где находятся его участники.
- 3.4. При передвижении команды по дистанции в темное время суток в команде должно быть в исправном состоянии не менее 3 фонарей.
- 3.5. Разрыв между отдельными участниками при передвижении команды по дистанции в темное время суток не должен превышать 5 метров.
- 3.6. Запрещено прохождение через огороженные территории предприятий, дачных участков и пр.
- 3.7. Во время соревнований участники должны бережно относиться к природе и техногенным объектам, не причинять ущерб имеющимся на пути строениям и растительности. Оставлять мусор можно только в специально отведенных местах. Участники должны устранять все следы своего пребывания на стоянках.
- 3.8. Команда обязана передвигаться по дистанции с включенным мобильным телефоном. Запас элементов питания для телефона должен быть рассчитан с учетом этого требования.**
- 3.9. Команда обязана передвигаться по дистанции с включенным GPS-навигатором. Запас элементов питания для навигатора должен быть рассчитан с учетом этого требования.**

### 4. РАБОТА С ПОСТРАДАВШИМ И ТРЕБОВАНИЯ К НОСИЛКАМ

- 4.1. С момента получения участником условной травмы, при условии присутствия рядом здорового участника (или при обнаружении командой пострадавшего), пострадавший должен находиться в тепле и быть укрытым от ветра и осадков.
- 4.2. С момента обнаружения командой пострадавшего с ним должен находиться здоровый участник, контролирующий его состояние.
- 4.3. Пострадавший, не имеющий возможности передвигаться самостоятельно, транспортируется, как правило, на несущем или на носилках.
- 4.4. При транспортировке на носилках пострадавший должен быть привязан к ним не менее чем в двух местах.
- 4.5. При паромной переправе и переправе вброд фиксация пострадавшего к носилкам запрещена.**
- 4.6. В зависимости от травмы пострадавшего, носилки могут быть жесткими или мягкими (см. п. 4.7.).
- 4.7. Носилки, состоящие из 2 продольных и 2 (в редких случаях 3) поперечных жердей, обтянутых специальным полотном (курткой, веревкой и т.д.), рама которых под нагрузкой не изменяет размеров по диагонали, считаются жесткими. Прочие носилки (выполненные из веревки, специального полотна и т.д.) считаются мягкими.
- 4.8. Подвешивание носилок к перилам, при выполнении технических этапов (см. п. 5), осуществляется посредством кусков основной веревки (или стропы допущенной технической комиссией), закрепленных за углы носилок (охватывающих продольную и поперечную жерди) отдельно со стороны головы и отдельно со стороны ног.
- 4.9. В редких случаях, при отсутствии достаточного количества времени или необходимого снаряжения (страховочная система), при выполнении технического приема, пострадавший транспортируется в косынке. Косынка представляет собой полотно треугольной формы, образующей в углах силовые коуши для крепления карабина. К косынке должны быть пришиты регулируемые плечевые ремни, обеспечивающие фиксацию пострадавшего в положении «вниз головой», и, следовательно, препятствующие выпадению пострадавшего.

### 5. ТЕХНИЧЕСКИЕ ЭТАПЫ

- 5.1. Все участники на технических этапах должны работать в касках.
- 5.2. На каждом участнике, находящемся в опасной зоне этапа при выполнении технического приема на водоеме, должен быть спасжилет.
- 5.3. Страховка на всех этапах, связанных с выполнением технических приемов, должна осуществляться через тормозное устройство.**
- 5.4. Участник, осуществляющий страховку, должен находиться на самостраховке.
- 5.5. Свободные концы страховочных, сопровождающих веревок должны быть закреплены на опорах или на участниках, находящихся на самостраховке. При паромных переправах и при движении участника вброд закреплять свободные концы веревок не следует.
- 5.6. При спусках (подъемах, траверсах склона) на страховку каждого участника (за исключением первого идущего свободным лазанием с опорой на рельеф) должно приходиться не менее двух веревок, имеющих независимое крепление (страховка и перила). А при транспортировке пострадавшего с сопровождающим – три веревки ((1) двойные перила и независимая страховка для пострадавшего или (2) одинарные перила и независимые страховки для пострадавшего и сопровождающего).

- 5.7 При транспортировке (спуске или подъеме) пострадавшего грузовая веревка должна быть подстрахована шантом или репшнуром, посредством специального узла (в случае использования двойной веревки этот узел должен быть из двойного репшнура). В случае спуска пострадавшего грузовая веревка должна выдаваться через тормозное устройство.
- 5.8 По п 5.7 при использовании устройства с автоматической системой торможения (типа Gri-Gri, Stop и т.д.) при работе с грузовой веревкой дополнительная подстраховка (шантом, репшнуром и т.д.) не требуется.
- 5.9 При организации навесной переправы необходимо соблюдать следующие требования:**
- 5.9.1 Навесная переправа организуется из двойной веревки, для крепления навесной переправы к опоре должно использоваться 2 карабина.
- 5.9.2 Используемая командой система полиспаста не должна иметь более 4 одинарных блоков и не должна давать выигрыш в силе более чем в 5 раз.
- 5.9.3 Петля для крепления системы полиспаста к опоре должна быть двойной, выполненной в соответствии с п. 2.7.
- 5.9.4 Крепление системы полиспаста к натягиваемой перильной веревке должно осуществляться с помощью: (1) двойного репшнура, выполненного из веревки 6 мм (или сертифицированной силовой стропы), посредством специального (схватывающего, обмоточного и т.д.) узла или (2) зажима Shunt фирмы Petzl. Перед началом натяжения переправы репшнур (стропу, Shunt) необходимо предъявить судье этапа для проверки.
- 5.9.5 Во время нахождения участников на навесной переправе система полиспаста должна быть отключена от веревок переправы.
- 5.9.6 При переправе участник должен быть пристегнут к перилам двумя карабинами – усом самостраховки и беседочным карабином. Участник должен быть обеспечен сопровождением с берега.
- 5.9.7 При переправе пострадавшего, травма которого не совместима с его самостоятельным передвижением, он должен находиться на носилках (выполненных в соответствии с п. 4.6-8), подвешенных на две точки – петля со стороны головы и петля со стороны ног (во избежание продольного раскачивания и опрокидывания носилок). При переправе пострадавший должен быть пристегнут к перилам навесной переправы своей самостраховкой.
- 5.10 Запрещается крепление перил на зажимах, а также при помощи самосбрасывающихся узлов.
- 5.11 Если действия команды противоречат технике безопасности, судья имеет право остановить работу команды и потребовать исправить ошибку. В случае отказа или невозможности исправить ошибку команда снимается с этапа.

## 6. ДЕЙСТВИЯ УЧАСТНИКОВ ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ АВАРИЙНОЙ СИТУАЦИИ

- 6.1 Аварийной ситуацией на дистанции соревнований считаются: превышение контрольного времени маршрута (этапы «Маршрут»); потеря участника; средняя, тяжёлая травмы участника.
- 6.2 При выходе из контрольного времени маршрута команда направляется в место аварийного выхода с дистанции (сбора команд на финише маршрута). Руководитель должен связаться по мобильному телефону с ГСК соревнований и сообщить свое местонахождение.
- 6.3 При потере участника команда прекращает движение, голосовыми и световыми сигналами пытается вызвать участника. В случае если сигналы не дают результата, команда должна немедленно выходить на ближайший этап и далее поступать согласно решениям ГСК. Руководитель должен связаться по мобильному телефону с ГСК соревнований и сообщить о сложившейся ситуации.
- 6.4 В случае если заблудившийся участник встречает другую команду, он должен следовать в её составе до ближайшего этапа и дальше действовать согласно решениям ГСК.
- 6.5 При травмах средней тяжести (например, растяжение, ушиб головы) команда оказывает первую доврачебную помощь и выходит на ближайший этап. При необходимости команда самостоятельно транспортирует пострадавшего. Руководитель должен связаться по мобильному телефону с ГСК соревнований и сообщить о сложившейся ситуации. Далее команда поступает согласно решениям ГСК.
- 6.6 При тяжёлых травмах (переломы, вывихи, сильные ушибы головы и другие серьёзные травмы) – пострадавший остаётся на месте. Команда оказывает первую доврачебную помощь и немедленно сообщает о случившемся на ближайший этап. Руководитель должен связаться по мобильному телефону с ГСК соревнований и сообщить о сложившейся ситуации. Далее команда поступает согласно решениям ГСК.
- 6.7 Команда обязана оказывать помощь другим командам, в которых произошла ЧС.