

ФЕСТИВАЛЬ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА НА ЛЫЖНЫХ ДИСТАНЦИЯХ



9 марта 2015 года
г. Москва, ЮЗАО, Бутовский лесопарк

УСЛОВИЯ СОРЕВНОВАНИЙ В ДИСЦИПЛИНЕ «ДИСТАНЦИЯ-ЛЫЖНАЯ» (ДЛИННАЯ, 1 КЛАСС)

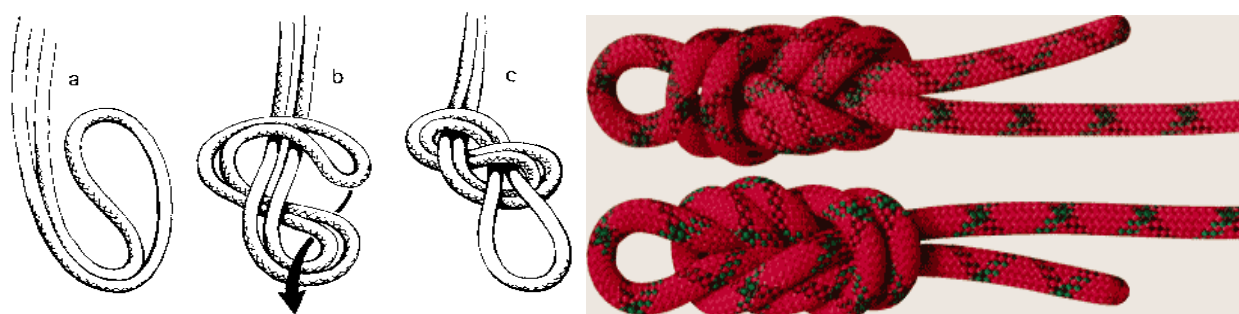
Класс дистанции - 1
Количество этапов – 6

- Для прохождения дистанции индивидуальная страховочная система не требуется.
- На протяжении дистанции участники движутся по маркированной трассе. Выход за маркировку запрещается.
- Дистанция подготовлена таким образом, что позволяет двигаться коньковым (свободным) ходом на протяжении всей длины дистанции. Дистанция подготовлена с использованием профессионального оборудования. Рекомендуется движение на беговых лыжах.
- Этапы №2 и №3 оборудованы вертикальной зоной хранения лыж, лыжи на этих этапах не транспортируются.
- В связи с тем, что дистанции расположены на подготовленной лыжной трассе с установленным направлением движения, по соображениям безопасности участников, движение в обратном направлении по дистанции ЗАПРЕЩЕНО. В случае нарушения участник получает снятие с дистанции.

СТАРТ

Этап 1. Вязка узла.

Участнику предоставляется веревка. Необходимо связать узел по примеру судейского эталонного узла «восьмёрка». По готовности участник показывает судье связанный узел. Если узел связан не правильно, его необходимо перевязать. Предоставляется три попытки. В случае трех неудачных попыток участник продолжает движение по дистанции.

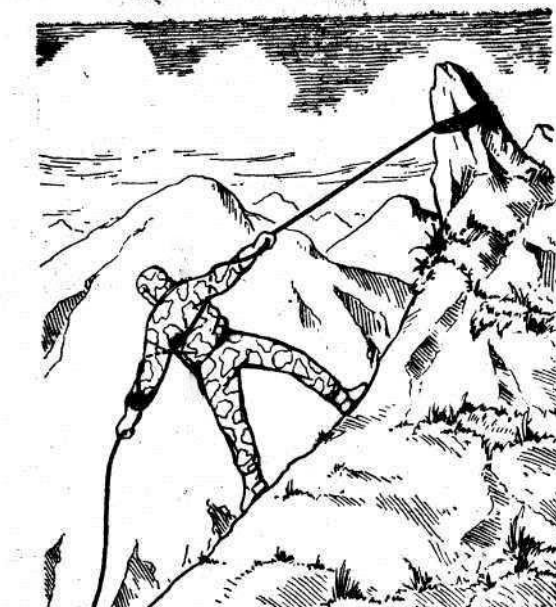
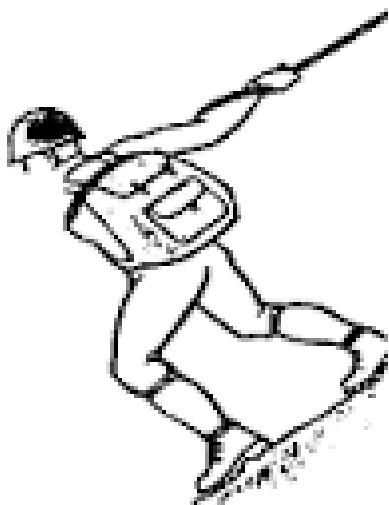


Этап 2. Спуск по верёвке спортивным способом.

Участнику предлагается осуществить спуск по верёвке длиной 20 м по склону с углом наклона приблизительно 30°.

Спуск спортивным способом выполняется следующим образом: участник движется вполборота, таким образом, чтобы плечи были параллельны веревке.

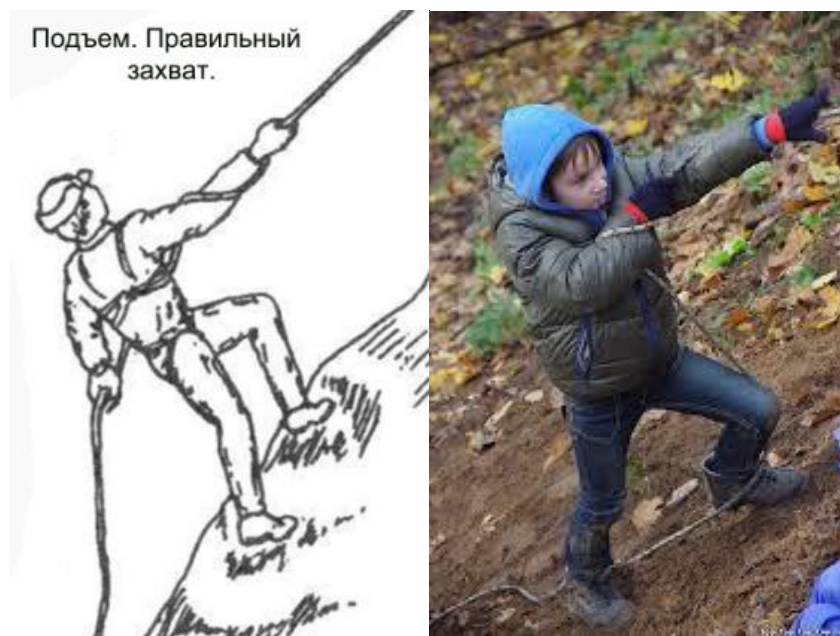
Перильная веревка должна проходить за спиной и для увеличения трения обёрнута вокруг руки, которая находится выше по склону. Рукой, находящейся ниже по склону, участник расправляет веревку перед собой.



Этап 3. Подъём по верёвке спортивным способом.

Участнику предлагается осуществить подъём по верёвке длиной 20 м по склону с углом наклона приблизительно 30° .

Подъём спортивным способом выполняется следующим образом: участник движется вверх по склону, захватывая веревку поочередно правой и левой рукой, обкручивая ее вокруг кисти и предплечья. Веревка должна находиться в нагруженном состоянии.

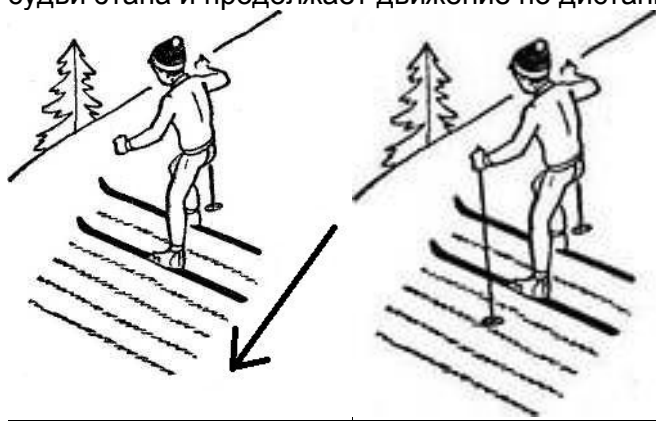


Этап 4. Спуск Лесенкой.

Движение участников осуществляется на лыжах. Лыжи ставятся перпендикулярно линии падения воды и участник движется переставными шагами вниз по склону. При этом участник может опираться на палки. Неправильным выполнением технического приема считается падение при выполнении приема, нарушение техники безопасности. Падением считается касание рельефа любой части тела или снаряжения, кроме лыж и лыжных палок.

В случае неправильного выполнения приема: Участник достигает целевой стороны этапа безопасным способом, затем снимает лыжи, поднимается по коридору обратного движения на исходную сторону этапа и повторяет прием.

В случае если после однократного повтора прием так и остается невыполненным правильно: Участник спускается на целевую сторону этапа безопасным способом согласно рекомендации судьи этапа и продолжает движение по дистанции согласно условиям.



Этап 5. Подъем Лесенкой.

Движение участников осуществляется на лыжах. Лыжи ставятся перпендикулярно линии падения воды и участник движется переставными шагами вверх по склону. При этом участник может опираться на палки. Неправильным выполнением технического приема считается падение при выполнении приема, нарушение техники безопасности. Падением считается касание рельефа любой части тела или снаряжения, кроме лыж и лыжных палок.

В случае неправильного выполнения приема: Участник достигает целевой стороны этапа безопасным способом, затем снимает лыжи, спускается по коридору обратного движения на исходную сторону этапа и повторяет прием.

В случае если после однократного повтора прием так и остается невыполненным правильно: Участник поднимается на целевую сторону этапа безопасным способом согласно рекомендации судьи этапа и продолжает движение по дистанции согласно условиям.



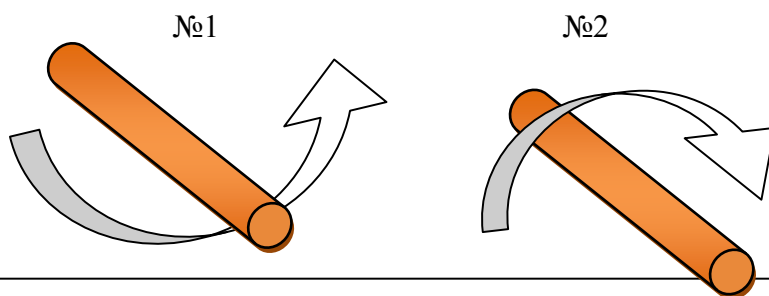
Этап 6. Завал.

Этап представляет собой 2 бревна, расположенных друг за другом на высоте 50 см над уровнем земли.

Участнику необходимо, не снимая лыж, преодолеть следующий набор препятствий:

Бревно №1: надо пролезть **под** ним любым безопасным способом.

Бревно №2: надо пролезть **над** ним любым безопасным способом.



ФИНИШ