



ДЕПАРТАМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ГОРОДА МОСКВЫ  
ФЕДЕРАЦИЯ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА МОСКВЫ – ОБЪЕДИНЕНИЕ ТУРИСТОВ МОСКВЫ  
МОСКОВСКИЙ РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА

13 февраля 2016 года

г. Москва, Бутовский лесопарк

**ОТКРЫТЫЙ  
ЧЕМПИОНАТ И  
ПЕРВЕНСТВО  
ГОРОДА МОСКВЫ**



**ПО СПОРТИВНОМУ  
ТУРИЗМУ  
НА ЛЫЖНЫХ  
ДИСТАНЦИЯХ**

## **УСЛОВИЯ СОРЕВНОВАНИЙ В ДИСЦИПЛИНЕ «ДИСТАНЦИЯ-ЛЫЖНАЯ» (ДЛИННАЯ, 2 КЛАСС)**

**Класс дистанции: 2**

**Количество технических этапов: 6**

- 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.
- Все этапы (блоки этапов) оборудованы вертикальной зоной хранения лыж, лыжи на этапах не транспортируются, кроме случаев, когда движение по этапу предусмотрено на лыжах.
- Параметры высот ТО над землей даны максимально возможные и могут быть уменьшены в зависимости от толщины снежного покрова.
- В связи с тем, что дистанции расположены на подготовленной лыжной трассе с установленным направлением движения, по соображениям безопасности участников по п.1.2.4 «Регламента» движение в обратном направлении по дистанции ЗАПРЕЩЕНО. В случае нарушения участник получает снятие с дистанции.

### **СТАРТ**

#### **Этап 1. Переправа по параллельным перилам. КВ = 5 мин.**

Участник проходит этап в следующем порядке:

- 1) на ИС этапа включается в верхние судейские перила карабином, находящимся на коротком усе самостраховки;
- 2) осуществляет движение по параллельным перилам, двигаясь ногами по нижним перилам и держась руками за верхние.

**Параметры этапа:**

| Длина этапа | Крутизна | Расстояние от ИС до ОЗ | Расстояние от ЦС до ОЗ |
|-------------|----------|------------------------|------------------------|
| 14 м        | 0°       | 2 м                    | 2 м                    |

**Оборудование этапа:**

ИС – БЗ, КЛ – начало ОЗ.

Судейские параллельные перила (нижняя ветвь параллельных перил – слэклайн (стропа 35мм), верхняя – веревка)

ЦС – БЗ, КЛ – окончание ОЗ.

**Действия:** Движение участников по п.7.8.

**Обратное движение:** По условиям этапа.

#### **Этап 2. Спуск на лыжах по судейским перилам. КВ = 5 мин.**

**Параметры этапа:**

|             |                 |                        |
|-------------|-----------------|------------------------|
| Длина этапа | Крутизна склона | Расстояние от ИС до ОЗ |
| 20 м        | 30°             | 3 м                    |

Оборудование этапа:

ИС – БЗ, КЛ – начало ОЗ.

Судейские перила для спуска.

ЦС – БЗ, КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Участник, не снимая лыж, спускается по склону, держа за судейские перила руками. Использование ФСУ на данном этапе необязательно. Снятие перил не осуществляется. В случае падения, либо выпуска из руки перил, участник восстанавливает свое положение, спускается до ЦС этапа, затем возвращается на ИС этапа по правилам обратного движения и повторяет этап заново. Падением считается касание рельефа любой части тела или снаряжения, кроме лыж и лыжных палок.

Обратное движение: участник выполняет без лыж, по коридору обратного движения.

**Этап 3. Вертикальный маятник. КВ = 5 мин.**

Участник проходит этап в следующем порядке:

- 1) на ИС этапа включается в судейские перила жумаром, находящимся на усе самостраховки, либо схватывающим узлом, крепящимся к ИСС участника. Либо вяжет узел и крепит его к ИСС;
- 2) осуществляет прыжок без касания опасной зоны на ЦС этапа;
- 3) если участник прыгал с узлом, то узел следует развязать.

Параметры этапа:

|             |
|-------------|
| Длина этапа |
| 3 м         |

Оборудование этапа:

ИС – БЗ, КЛ – начало ОЗ.

Судейские перила.

ЦС – БЗ, КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Движение участников по перилам по п.7.15. В случае, если участник касается ОЗ, то участнику следует вернуться по правилам обратного движения и повторить прием без касания ОЗ.

Обратное движение: только по коридору обратного движения

**БЛОК ЭТАПОВ 4-6. Спуск – Подъем – Навесная переправа. КВ = 10 мин.**

Участник проходит этап в следующем порядке:

- 1) Спускается по судейским перилам по условиям этапа 4;
- 2) Поднимается по судейским перилам по условиям этапа 5;
- 3) Переправляется по навесной переправе по условиям этапа 6.

**Этап 4. Спуск.**

Параметры этапа:

|             |                 |                        |
|-------------|-----------------|------------------------|
| Длина этапа | Крутизна склона | Расстояние от ИС до ОЗ |
| 10 м        | 35°             | 2 м                    |

Оборудование этапа:

ИС – БЗ, КЛ – начало ОЗ.

Судейские перила.

ЦС – БЗ, КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Участник проходит этап по судейским перилам с самостраховкой восьмёркой (спусковым устройством). Движение участника по п.7.10.

Обратное движение: по условиям этапа.

**Этап 5. Подъём.**

Параметры этапа:

|             |                 |                        |
|-------------|-----------------|------------------------|
| Длина этапа | Крутизна склона | Расстояние от ЦС до ОЗ |
| 10 м        | 35°             | 2 м                    |

Оборудование этапа:

ИС – БЗ, КЛ – начало ОЗ.

Судейские перила.

ЦС – БЗ, КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Участник проходит этап по судейским перилам с самостраховкой жумаром. Движение участника по п.7.10.

Обратное движение: по условиям этапа.

### **Этап 6. Навесная переправа.**

Параметры этапа:

| Длина перил (ТО1-ТО2) | Длина этапа | Расстояние от ИС до ОЗ | Расстояние от ОЗ до ЦС | Высота ТО1, ТО2 над землей |
|-----------------------|-------------|------------------------|------------------------|----------------------------|
| 21 м                  | 17 м        | 2 м                    | 2 м                    | 1,5 м                      |

Оборудование этапа:

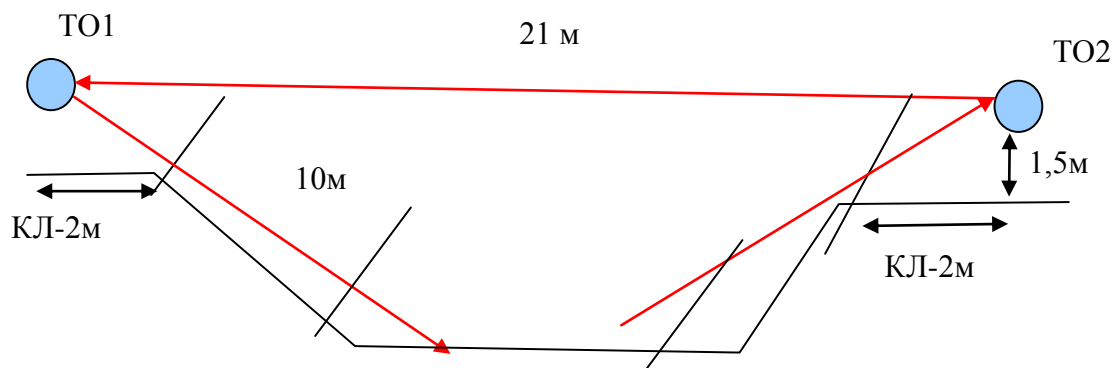
ИС – БЗ, ТО2 – горизонтальная опора. КЛ – начало ОЗ.

Судейские двойные перила.

ЦС – БЗ, ТО1 – горизонтальная опора. КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Движение участников по п.7.9.

Обратное движение: По условиям этапа.



**ФИНИШ**