

**ТЕХНИЧЕСКАЯ ИНФОРМАЦИЯ В ДИСЦИПЛИНЕ  
«ДИСТАНЦИЯ-ЛЫЖНАЯ»  
(ДЛИННАЯ, 1 КЛАСС)**

**КВ – 60 минут**

**Длина дистанции 2560 метров.**

1. Опасные места района соревнований:
  - обрывистые склоны;
  - участки лыжной трассы с крутыми спусками;
  - места отдыха людей;
2. Запрещено принятие в пищу воды из водоемов в районе соревнований.
3. В районе проведения соревнований имеются в наличии:
  - опасные животные (собаки, лисы, зайцы).
4. Квалификация участников должна соответствовать требованиям Правил и Регламента к участникам соревнований на дистанции первого класса.

**СТАРТ**

Перед прохождением этапа 1 участник ставит лыжи в зону хранения лыж и забирает их после прохождения этапа 1. На этапе 1 лыжи не транспортируются.

**Этап 1. Параллельные перила. КВ – 5 мин.**

Этап проходится на лыжах.

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

Этап проходится на лыжах.

**Этап. Спуск Лесенкой. КВ – нет.**

**Этап. Подъем Лесенкой. КВ – нет.**

*Перед прохождением этапа 3 участники ставят лыжи в зону хранения лыж и забирают их после прохождения этапа 4. На этапах 3 и 4 лыжи не транспортируются.*

**Этап 3. Спуск спортивным способом. КВ= 5 мин.**

**Этап 4. Подъем спортивным способом. КВ= 5 мин.**

**ФИНИШ**