



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

10 февраля 2019 года

г. Москва, Бутовский лесопарк

**ЧЕМПИОНАТ И
ПЕРВЕНСТВО
ГОРОДА МОСКВЫ
ПО СПОРТИВНОМУ
ТУРИЗМУ
НА ЛЫЖНЫХ
ДИСТАНЦИЯХ**



**МОСКОВСКИЕ
ГОРОДСКИЕ
СОРЕВНОВАНИЯ
ПО СПОРТИВНОМУ
ТУРИЗМУ
НА ЛЫЖНЫХ
ДИСТАНЦИЯХ**

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

Класс дистанции: 2

Количество технических этапов: 7

- 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. Перед прохождением этапа (блока этапов) участник ставит лыжи в зону хранения лыж и забирает их после прохождения этапа (блока этапов).
- 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.

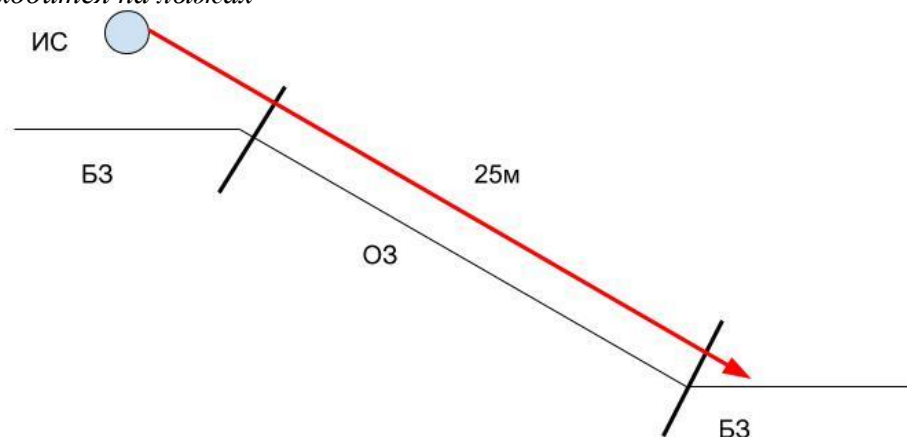
СТАРТ

Этап. Ориентирование по маркированной трассе.

Участники на протяжении всей дистанции движутся по маркированной трассе. На дистанции расположены КП на которых участникам следует произвести отметку. Отсутствие отметки – снятие с дистанции. Отметка производится согласно инструкции использования электронной отметки, с которой участникам следует ознакомиться до старта.

Этап 1. Спуск по судейским перилам на лыжах. КВ = 5 мин.

- *Этап проходит на лыжах*



Оборудование этапа:

ИС – БЗ, КЛ – начало ОЗ.

Судейские перила для спуска.

ЦС – БЗ, КЛ – окончание ОЗ.

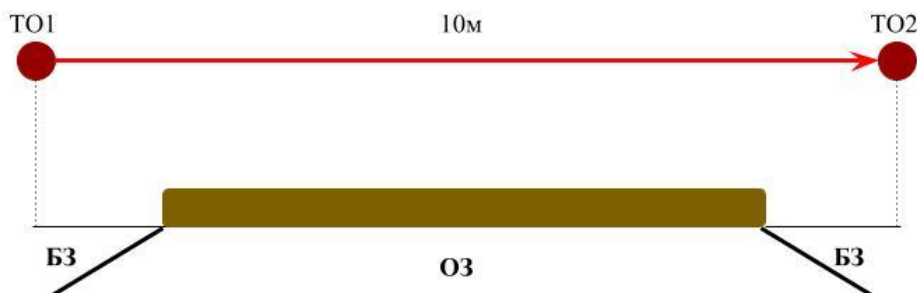
Действия: Участник, не снимая лыж, спускается по склону, держась за судейские перила руками, либо рукой. Спуск можно осуществлять приставным шагом. Снятие перил не осуществляется. В случае падения, либо выпуска из рук(руки) перил, участник восстанавливает свое положение, спускается до ЦС этапа, затем возвращается на ИС этапа по правилам обратного движения и повторяет этап заново. Падением считается касание рельефа любой части тела, кроме лыж и лыжных палок.

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

Этап 2. Переправа по бревну. КВ = 5 мин

Порядок прохождения этапа:

- Участники оставляют лыжи и лыжные палки в зоне хранения лыж
- Проходят этап от исходной стороны этапа к целевой стороне этапа.
- Забирают лыжи и лыжные палки из зоны хранения лыж.



Оборудование этапа:

ИС – БЗ, КЛ – начало ОЗ.

Судейские перила.

Бревно.

ЦС – БЗ, КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Движение участника по п.7.8.

Задачи: Участник пристегивается коротким усом самостраховки к судейским перилам. Движение осуществляется ногами по бревну. В случае падения с касанием ОЗ или заступа в ОЗ участник возвращается на исходную сторону этапа по коридору обратного движения и проходит этап заново.

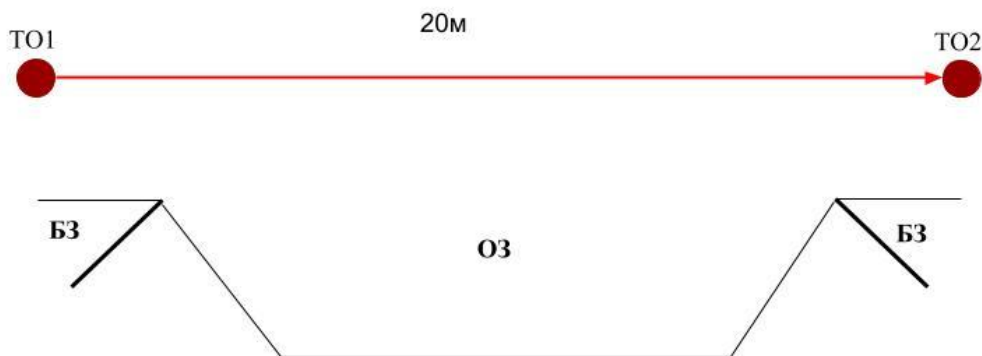
В случае если участник отстегнул самостраховку в опасной зоне, ему следует восстановить свое положение на бревне, пристегнуть ус самостраховки к перилам, дойти до ЦС этапа, вернуться на ИС и повторить прием. Возврат на ИС осуществляется по условиям обратного движения

Обратное движение: По п. 7.8 или по коридору обратного движения.

Этап 3. Навесная переправа. КВ = 10 мин

Порядок прохождения блока этапов:

- Участник оставляет лыжи и лыжные палки в зоне хранения лыж
- Проходит этап от исходной стороны этапа к целевой стороне этапа.
- Забирает лыжи и лыжные палки из зоны хранения лыж.



Оборудование этапа:

ИС – БЗ, ТО1 – горизонтальная опора. КЛ – начало ОЗ.

Судейские двойные перила.

ЦС – БЗ, ТО2 – горизонтальная опора. КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Движение участников по п.7.9.

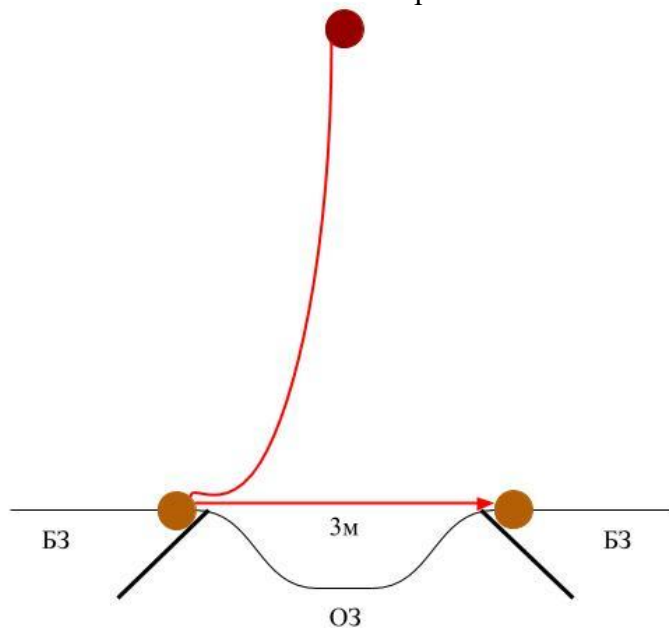
Задачи: Участник переправляется по навесной переправе, на карабине, подключенном к индивидуально-страховочной системе.

Обратное движение: По п.7.9. или по коридору обратного движения, расположенного сбоку от этапа.

Этап 4. Вертикальный маятник. КВ = 5 мин.

Порядок прохождения этапа:

- Участники оставляют лыжи и лыжные палки в зоне хранения лыж
- Проходят этап от исходной стороны этапа к целевой стороне этапа
- Забирают лыжи и лыжные палки из зоны хранения лыж



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.

Задачи: На ИС этапа участник включается в судейские перила жумаром, находящимся на усе самостраховки, либо схватывающим узлом, крепящимся к ИСС участника, либо вяжет узел и крепит его к ИСС. Затем осуществляет прыжок без касания опасной зоны на ЦС этапа. Если участник прыгал с узлом, то узел следует развязать.

Обратное движение: По коридору обратного движения, либо по п.7.15.

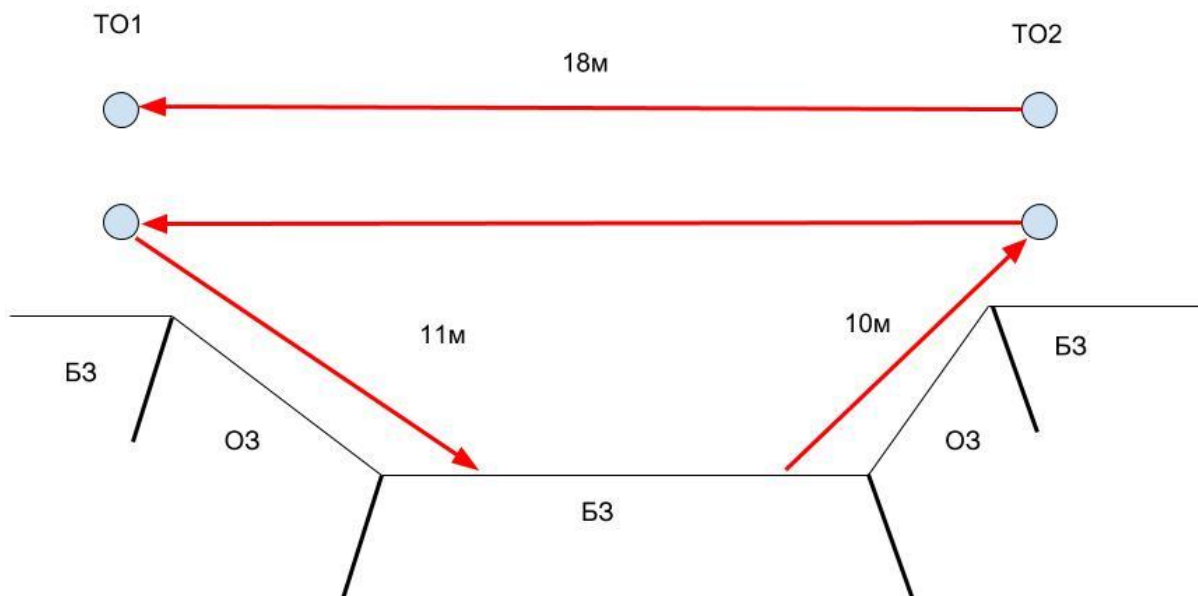
БЛОК ЭТАПОВ 5-7. Спуск – Подъем - Переправа по параллельным перилам. КВ = 10 мин.

Порядок прохождения блока этапов:

- Участники оставляют лыжи и лыжные палки в зоне хранения лыж
- Проходят этапы 5,6,7 от исходных сторон этапов к целевым сторонам этапов.
- Забирают лыжи и лыжные палки из зоны хранения лыж.

Участники проходят блок этапов в следующем порядке:

4. Спускаются по судейским перилам по условиям этапа 5;
5. Поднимаются по судейским перилам по условиям этапа 6;
6. Переправляются по параллельным перилам переправе по условиям этапа 7.



<u>Этап 5. Спуск.</u>	<u>Этап 6. Подъём.</u>	<u>Этап 7. Переправа по параллельным перилам</u>
<p><u>Оборудование этапа:</u> ИС – БЗ, КЛ – начало ОЗ. Судейские перила. ЦС – БЗ, КЛ – окончание ОЗ.</p> <p><u>Действия:</u> Движение участника по п.7.10.</p> <p><u>Задачи:</u> Участник проходит этап по судейским перилам с самостраховкой восьмеркой, либо схватывающим узлом.</p> <p><u>Обратное движение:</u> по п.7.10.</p>	<p><u>Оборудование этапа:</u> ИС – БЗ, КЛ – начало ОЗ. Судейские перила. ЦС – БЗ, КЛ – окончание ОЗ.</p> <p><u>Действия:</u> Движение участника по п.7.10.</p> <p><u>Задачи:</u> Участник проходит этап по судейским перилам с самостраховкой жумаром, либо схватывающим узлом.</p> <p><u>Обратное движение:</u> по п.7.10</p>	<p><u>Оборудование этапа:</u> ИС – БЗ, ТО2 – горизонтальная опора (верхняя и нижняя). КЛ – начало ОЗ. Судейские параллельные перила (нижняя ветвь параллельных перил – слэклайн (стропа 35мм), верхняя – веревка) ЦС – БЗ, ТО1 – горизонтальная опора (верхняя и нижняя). КЛ – окончание ОЗ.</p> <p><u>Действия:</u> Движение участника по п.7.8.</p> <p><u>Задачи:</u> Участник осуществляет движение по параллельным перилам, подключенный коротким усом самостраховки к верхней ветви параллельных перил. Участник осуществляет движение по параллельным перилам двигаясь ногами по нижним перилам и держась руками за верхние перила. В случае падения с касанием ОЗ или заступа в ОЗ участник восстанавливает свое положение на</p>

		<p>перилах, возвращается на исходную сторону этапа по п. 7.8. и проходит этап заново. В случае если участник отстегнул самостраховку в опасной зоне, ему следует восстановить свое положение на параллельных перилах, пристегнуть ус самостраховки к перилам, дойти до ЦС этапа, вернуться на ИС и повторить прием. Возврат на ИС осуществляется по условиям обратного движения</p> <p><u>Обратное движение:</u> По п. 7.8. либо по условиям этапов 5, 6</p>
--	--	--

ФИНИШ