



**74-е Первенство по туризму  
обучающихся государственных образовательных организаций,  
подведомственных Департаменту образования города Москвы  
ЛЫЖНЫЙ ТУРИЗМ**

10 февраля 2019 г.

г. Москва, Бутовский лесопарк

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

**Класс дистанции: 1**

**Количество технических этапов: 4**

- Для прохождения дистанции индивидуальная страховочная система не требуется.
- Разрешено заменить каску головным убором.
- На протяжении дистанции участники движутся по маркированной трассе. Выход за маркировку запрещается.
- Все этапы оборудованы вертикальной зоной хранения лыж, лыжи на этапах не транспортируются, кроме случаев, когда движение по этапу предусмотрено на лыжах. Перед прохождением этапа участник ставит лыжи в зону хранения лыж и забирает их после прохождения этапа.
- 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.
- 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**

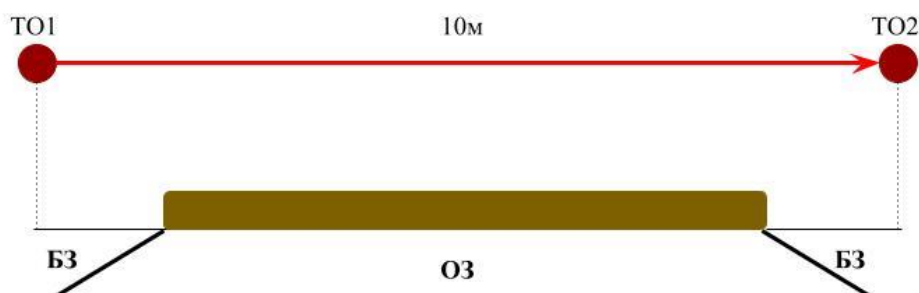
**Этап. Ориентирование по маркированной трассе.**

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. 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: Участники переправляются ногами по бревну, держась руками за судейские перила и двигаясь 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.

Обратное движение: Движение производится по коридору обратного движения.

**Спуск Лесенкой.**

Оборудование:

ИС – БЗ, КЛ – начало выполнения приема.

ЦС – БЗ, КЛ – окончание выполнения приема

Действия: Движение участников осуществляется на лыжах. Лыжи ставятся перпендикулярно «линии падения воды» и участник движется приставными шагами вниз по склону. При этом участник должен опираться на палки, одна из которых должна располагаться выше по склону. 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, достигая ЦС этапа безопасным способом, затем снимает лыжи, поднимается по коридору обратного движения на исходную сторону этапа и повторяет прием.

Если после однократного повтора прием остается невыполненным правильно: Участник, спускается на ЦС этапа безопасным способом согласно рекомендации судьи этапа и продолжает движение по дистанции согласно условиям.

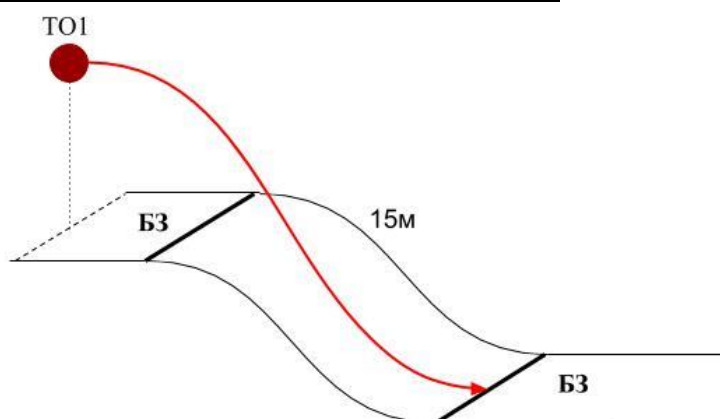


Порядок прохождения этапов 2-3:

Этапы 2 и 3 проходятся без лыж.

- Участники до прохождения этапа 2 оставляют лыжи и лыжные палки в зоне хранения лыж
- Проходят этапы 2,3 от исходной стороны этапа к целевой стороне этапа
- Забирают лыжи и лыжные палки из зоны хранения лыж после прохождения этапа 3.

**Этап 2. Спуск спортивным способом. КВ = 5 мин.**



Оборудование этапа:

ИС – БЗ, КЛ – начало ОЗ.

Судейские перила.

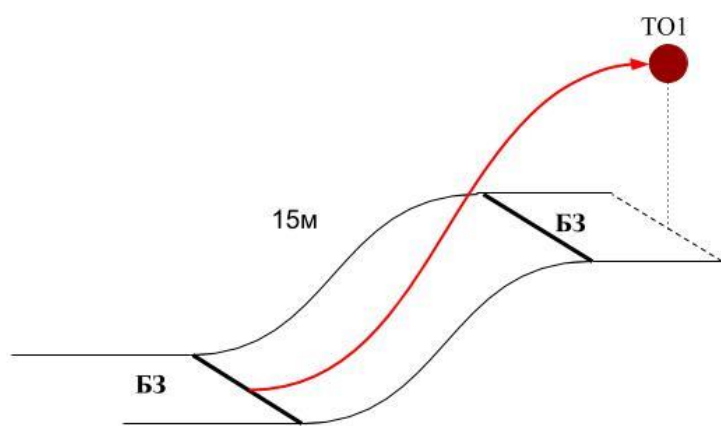
ЦС – БЗ, КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Движение участника по п.7.16. Участник движется вполюборота 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.

Обратное движение: участник выполняет по коридору обратного движения



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



Оборудование этапа:

ИС – БЗ, КЛ – начало ОЗ.

Судейские перила.

ЦС – БЗ, КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Движение участника по п.7.17. Участник движется вверх по склону, держась за веревку, и поочередно перехватывая ее правой и левой рукой.

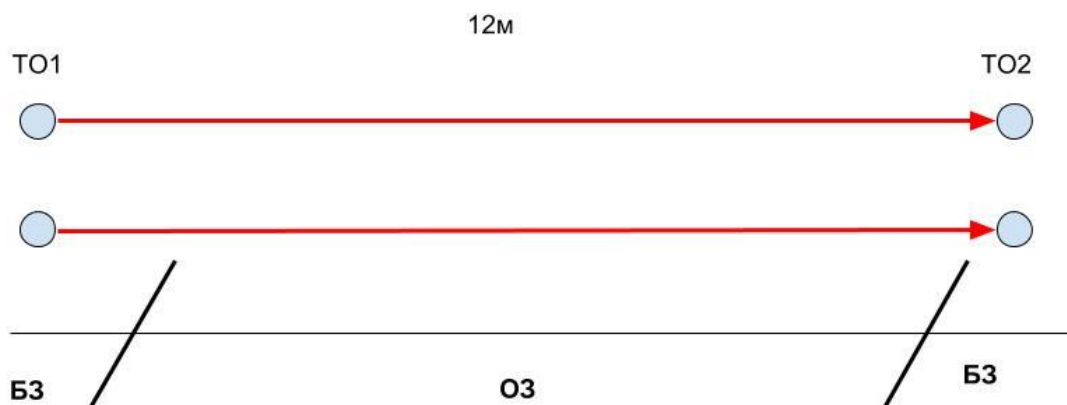
Обратное движение: Участник выполняет по коридору обратного движения



**Этап 4. Переправа по параллельным перилам. 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, ТО1 – горизонтальная опора (верхняя и нижняя). КЛ – начало ОЗ.

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

ЦС – БЗ, ТО2 – горизонтальная опора (верхняя и нижняя). КЛ – окончание ОЗ.

Действия: 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 возвращается на исходную сторону этапа по коридору обратного движения и проходит этап заново.

Обратное движение: По параллельным перилам либо по коридору обратного движения.

**ФИНИШ**