

**УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ В ДИСЦИПЛИНЕ  
«ДИСТАНЦИЯ-ЛЫЖНАЯ» (длинная) 06.03.2016 г**

**Дистанция 5 класса.**

Класс дистанции — 5	Количество этапов — 8
Длина дистанции — 9750 м	Количество блоков — 2.
Суммарный набор высоты — 250 м.	Количество зачетных этапов по Регламенту — 8
ОКВ — 2 час 30 мин.	Система оценки нарушений – бесштрафовая, по п.6.2.

**ПЕРЕЧЕНЬ ЭТАПОВ, ПАРАМЕТРЫ,  
ОБОРУДОВАНИЕ И УСЛОВИЯ ПРОХОЖДЕНИЯ**

**СТАРТ**

*Расстояние до этапа 1: 300 м. ЗСЛ, ЗХЛ, ЗОЛ. Набор высоты: +5 м. -5м.*

**Этап 1. Навесная переправа. КВ = 10 мин. (М), 12 мин. (Ж).**

*Параметры этапа:*

Длина этапа	Крутизна	Высота ТО1 над землей	Высота ТО2 над землей	Расстояние от ТО2 до ОЗ
33 м	0°	6 м	1,5 м	4 м

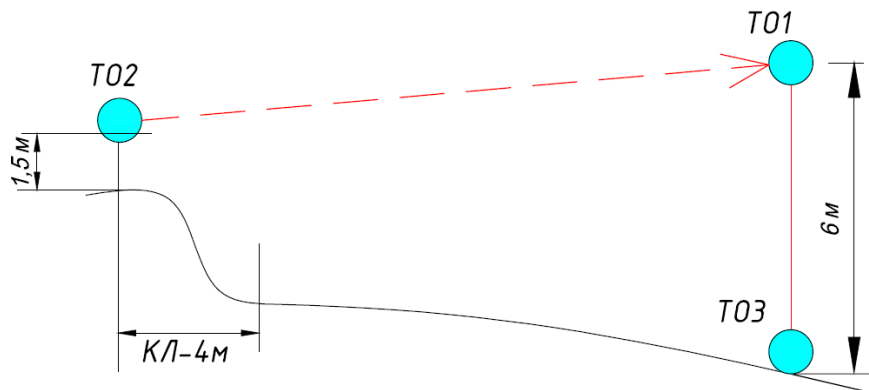
*Оборудование этапа:*

ИС – БЗ. ОЗ-КЛ. ТО2 – горизонтальная опора, судейский карабин.

ЦС – ОЗ. ТО1 – горизонтальная опора, один судейский карабин, вертикальные судейские подводные перила - судейская веревка (40м) для сдергивания перил с разъемным карабином на конце - закрепленным на ТО2 – расправленная вдоль нитки этапа.

*Действия:* Участник поднимается на ТО1 для закрепления перил и спускается обратно по п.7.10. Обязательная постановка на самостраховку на ТО1 до начала любых действий, отстежка самостраховки с ТО1 производится в последнюю очередь. Движение до ИС не регламентируется, запрещён выход в ОЗ после пересечения КЛ на ИС этапа. Организация перил по п. 7.6. Движение участника по п.7.9. Снятие перил по п.7.7.1 с ТО1 при помощи судейской сдергивающей веревки. Спуск по подводным перилам по п.7.10.

*Обратное движение:* по КОД.



*Расстояние до этапа 2: -1400 м. ЗСЛ, ЗХЛ, ЗОЛ. Набор высоты: -40 м. +25*

**Этап 2. Переправа методом «вертикальный маятник». КВ = 8 мин. (М), 10 мин. (Ж).**

*Параметры этапа:*

Длина этапа	Высота ТО1	Высота ТО2	Высота ТО3	ТО1 от КЛ	ЦС ниже ИС
-------------	------------	------------	------------	-----------	------------

	над землей	над землей	над землей		
6 м	0,5 м	10 м	0 м	7 м	1 м

*Оборудование этапа:*

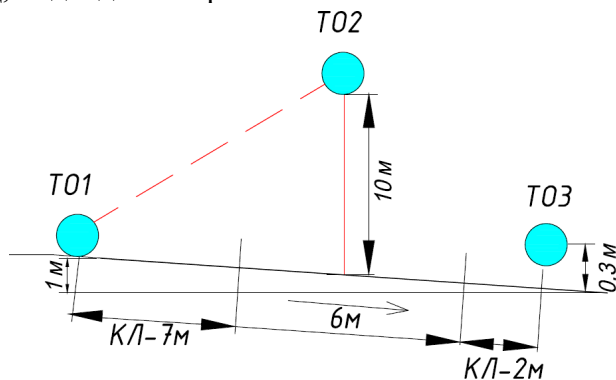
ИС – БЗ, ОЗ-КЛ, ТО1 – горизонтальное бревно.

ТО2 - два судейских карабина, двойные судейские подводные перила для восстановления.

ЦС – БЗ, ОЗ-КЛ, ТО3 - судейская петля.

*Действия:* Участник движется на ИС по нитке этапа. Восстановление судейских подводных перил (навесная переправа вверх) по п.7.6.12. Движение участника по подводным перилам по 7.9, 7.10.2. Обязательная постановка на самостраховку на ТО2 до начала любых действий, отстежка самостраховки с ТО2 производится в последнюю очередь. Организация маятниковых перил по п. 7.6. Движение участника по п.7.15., за исключением 7.5.2. В качестве самостраховки на маятниковой периле разрешено использовать ФСУ согласно п.7.10.8. Разрешено использовать для начала движения подводные перила навесной переправы. Снятие своих перил по п.7.7.1.

*Обратное движение:* КОД, подводные перила.



Расстояние до блока этапов 3-4: 800 м. ЗСЛ, ЗХЛ, ЗОЛ. Набор высоты: -30 м, +20 м.

### **БЛОК ЭТАПОВ 3-4. Подъем по перилам - Навесная переправа вниз. КВ = 12 мин. (М), 15 мин. (Ж).**

Блок этапов проходится в следующем порядке:

- 1) Участник переходит на ЦС блока, закрепляет перила навесной переправы, и возвращается на ИС блока. Движение по земле не регламентируется. Забирает конец судейской сдергивающей веревки с ТО3.
- 2) Участник проходят этап 3 согласно условиям;
- 3) Организация перил этапа 4 (ТО2 - ТО1);
- 4) Участники проходят этап 4 согласно условиям.

#### **Этап 3. Подъем по перилам.**

Параметры этапа:

Длина этапа	Крутизна и длина участка
10 м	90°

*Оборудование этапа:*

ИС – ТО3 – судейская петля, БЗ, КЛ.

Судейские вертикальные перила.

ЦС – ОЗ, ТО2 – 2 судейских карабина, горизонтальная опора для наведения навесной переправы.

*Действия:* Участник поднимается по п.7.10.2 по судейским перилам. Обязательная постановка на самостраховку на ТО2 до начала любых действий, отстежка самостраховки с ТО2 производится в последнюю очередь.

*Обратное движение:* ПОД по п.7.10.3

#### **Этап 4. Спуск по наклонной навесной переправе.**

Параметры этапа:

Длина этапа	Крутизна	Расстояние от ОЗ(КЛ) до ТО-1
24 м	30°	5 м

*Оборудование этапа:*

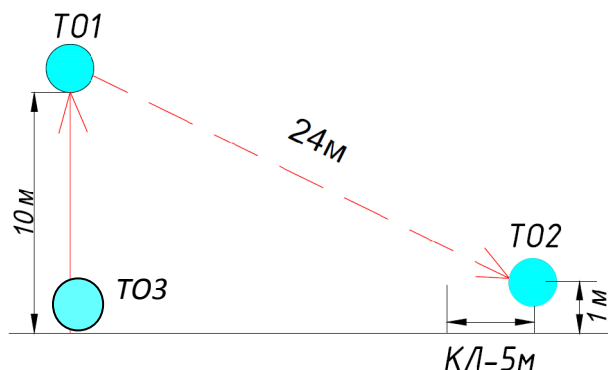
ИС (ТО2) – ОЗ, 2 судейских карабина, горизонтальная опора для наведения навесной переправы;

Судейские перила - 30 м.

ЦС (ТО1) – БЗ, горизонтальная опора, веревка для сдерживания перил (30 м) с разъемным карабином на конце - закрепленным на ТО3 – расправленная вдоль нитки этапа, КЛ.

*Действия:* Участник переходит на ЦС блока, закрепляет перила навесной переправы на ТО1, забирает конец судейской сдерживающей веревки и возвращается на ИС блока. Движение по земле не регламентируется. Участник организует перила ТО1-ТО2 по п. 7.6. Участник преодолевает этап по п. 7.9 с самостраховкой по судейским перилам по п. 7.10. Отстежка самостраховки с ТО1 производится в последнюю очередь. Снятие перил по п.7.7.1 при помощи судейской сдерживающей веревки.

*Обратное движение:* по условиям этапа 3.



Расстояние до этапа 5: 1600 м. ЗСЛ, ЗХЛ, ЗОЛ. Набор высоты: -60, +50 м.

**Этап 5. Подъем по наклонной навесной переправе. КВ = 12 мин. (М), 15 мин. (Ж).**

*Параметры этапа:*

Длина этапа	Крутизна	Высота ТО1 над землей	Расстояние от ОЗ(КЛ) до ТО-2
22 м	40°	6 м	3 м

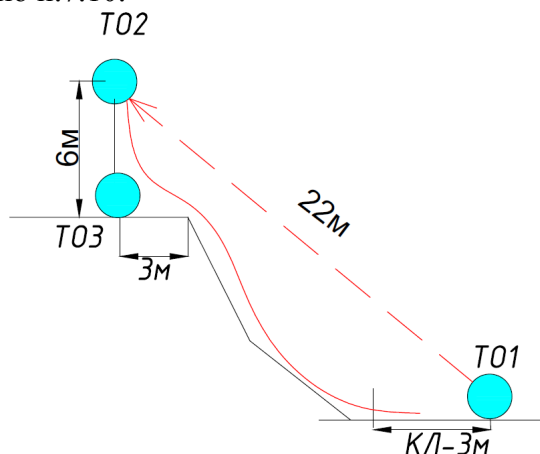
*Оборудование этапа:*

ИС – БЗ, ТО1 – ледовая площадка (0,5м\*0,5м) для организации станции из командных ледобуров, КЛ;

ЦС (ТО2) – ОЗ, 1 судейский карабин, судейские подводные перила – веревка для сдерживания перил (30 м) с разъемным карабином на конце - расправленная вдоль нитки этапа.;

*Действия:* Участник поднимается на ТО2 по судейским подводным перилам для закрепления своих перил. Обязательная постановка на самостраховку на ТО2 до начала любых действий, отстежка самостраховки с ТО2 производится в последнюю очередь. Спуск до ИС по п.7.10. Организация ТО1 из своих ледобуров. Организация перил по п. 7.6. Движение участника по п.7.9, 7.10.2. Спуск по подводным перилам по п. 7.10. Снятие перил и ледобуров по п.7.7.1 при помощи судейской веревки разрешено с ТО 3.

*Обратное движение:* ПОД - по п.7.10.



Расстояние до этапа 6: 2700 м. ЗСЛ, ЗХЛ, ЗОЛ. Набор высоты: +100 м. -70 м.

**Этап 6. Переправа по параллельным перилам. КВ = 10 мин.**

*Параметры этапа:*

Длина этапа	Расстояние от ТО 1 до ОЗ	Расстояние от ТО2 до ОЗ	Глубина оврага	Высота верхней ТО1 над нижней	Высота верхней ТО2 над нижней
20 м	2,0 м	2,0 м	до 2 м	1,2 м	1,2 м

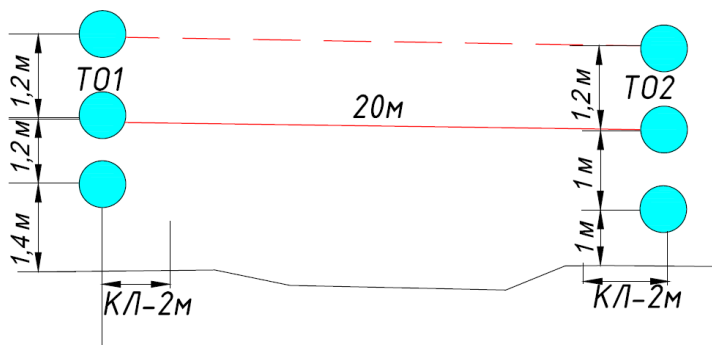
*Оборудование этапа:*

ИС - БЗ, ТО1 – три горизонтальные опоры, на двух верхних по одному судейскому карабину для организации параллельных перил., КЛ.

ЦС - БЗ, ТО2 – три горизонтальные опоры, на двух верхних по одному судейскому карабину для организации параллельных перил., КЛ.

*Действия:* Участник закрепляет перила на ЦС этапа на ТО2. Движение до ИС по своему коридору не регламентируется, запрещён выход в ОЗ после пересечения КЛ на ИС этапа. Участник организует перила по п. 7.6 и преодолевают этап по п. 7.8. Снятие перил по п.7.7.1.

*Обратное движение:* КОД.



Расстояние до блока этапов 7-8: 850 м. ЗСЛ, ЗХЛ, ЗОЛ, ЗХЛИ. Набор высоты: -40 м, +5 м.

### **БЛОК ЭТАПОВ 7-8. Подъем по наклонной навесной переправе – Спуск по наклонной навесной переправе.** КВ = 12 мин. (М), 14 мин. (Ж).

Блок этапов проходится в следующем порядке:

- 1) Участник закрепляет перила навесной переправы на ТО3 и движется на ИС блока. Движение по земле не регламентируется
- 2) Участник восстанавливает перила этапа 7 по п. 7.6.12., забирает конец судейской сдерживающей веревки.
- 3) Участник проходит этап 7 по условиям.
- 4) Участник организует перила этапа 8;
- 5) Участник проходит этап 8 по условиям.

#### **Этап 7. Подъем по наклонной навесной переправе.**

*Параметры этапа:*

Длина этапа	Крутизна	Расстояние от ТО1 до ОЗ	Высота ТО1 над землей	Высота ТО2 над землей
11 м	34°	3 м	1 м	10 м

*Оборудование этапа:*

ИС – БЗ. ОЗ-КЛ. ТО1 – горизонтальная опора

Двойные перила для восстановления.

ЦС – ОЗ. ТО2 – горизонтальная опора, один судейский карабин (только для самостраховки).

*Действия:* Участник восстанавливает судейские перила навесной переправы по п.7.6.12. Движение участника по 7.9, 7.10.2. Обязательная постановка на самостраховку на ТО2 до начала любых действий, отстежка самостраховки с ТО2 производится в последнюю очередь. Снятие перил не производится.

*Обратное движение:* по ПОД.

#### **Этап 8. Спуск по наклонной навесной переправе.**

*Параметры этапа:*

Длина этапа	Крутизна	Расстояние от ТО3 до ОЗ	Высота ТО2 над землей	Высота ТО3 над землей
27 м	30°	5 м	10 м	1 м

### Оборудование этапа:

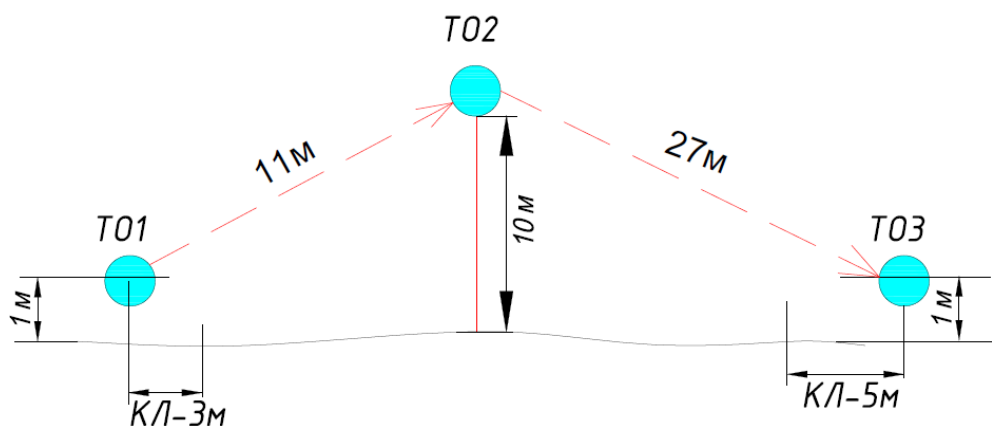
ИС – ОЗ. ТО2 – горизонтальная опора, один судейский карабин (только для самостраховки)

Судейская веревка для сдерживания перил (40 м) с разъемным карабином на конце - закрепленная на ТО1 - расправленная вдоль нитки этапа.

ЦС – БЗ. ОЗ-КЛ. ТО3 – горизонтальная опора.

*Действия:* Участник закрепляет перила навесной переправы на ТО3 до начала работы на блоке, забирает конец судейской сдерживающей веревки. Участник организует перила ТО2-ТО3 по п. 7.6. Участник преодолевают этап по п. 7.9 с самостраховкой по судейским перилам по п. 7.10. Отстежка самостраховки с ТО2 производится в последнюю очередь. Снятие перил по п.7.7.1 при помощи судейской сдерживающей веревки.

*Обратное движение:* по КОД, далее по условиям этапа 4.



Расстояние до финиша: 2100 м. Набор высоты: -5 м. +50м.

### **ФИНИШ**

Начальник дистанции И.М. Фадеева, СС1К, г. Екатеринбург