



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

8 марта 2015 года

г. Москва, Бутовский лесопарк

**ОТКРЫТЫЙ  
ЧЕМПИОНАТ И  
ПЕРВЕНСТВО  
ГОРОДА МОСКВЫ**



**ПО СПОРТИВНОМУ  
ТУРИЗМУ  
НА ЛЫЖНЫХ  
ДИСТАНЦИЯХ**

## **УСЛОВИЯ СОРЕВНОВАНИЙ В ДИСЦИПЛИНЕ «ДИСТАНЦИЯ-ЛЫЖНАЯ-СВЯЗКА» (длинная, 4 класс)**

**Класс дистанции: 4  
Количество этапов: 8**

- 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.
- 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 связка получает снятие с дистанции.

### **СТАРТ**

#### **Этап 1. Спуск на лыжах. КВ = 10 мин**

Участники проходят этап в следующем порядке:

- 1) Участники, не снимая лыж, вешают спусковые перила на ТО1;
- 2) Спускаются по склону на лыжах, держась за перила руками. Использование ФСУ на данном этапе необязательно;
- 3) Не снимая лыж, осуществляют снятие перил по условиям этапа 1.

#### **Параметры этапа:**

Длина этапа	Крутизна склона	Расстояние от ТО1 до ОЗ
25 м	30°	3 м

#### **Оборудование этапа:**

ИС – БЗ, ТО1 – 1 судейский карабин, КЛ – начало ОЗ.

ЦС – БЗ, КЛ – окончание ОЗ.

**Действия:** Организация перил по п.5.6. Участники, не снимая лыж, спускаются по склону, держась за свою верёвку руками. Использование ФСУ на данном этапе необязательно. Снятие перил по п.5.7.1. В случае падения, либо выпуска из руки страховочных 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.

### **БЛОК ЭТАПОВ 2-3. Подъем – Навесная переправа. КВ = 15 мин.**

Участники проходят этап в следующем порядке:

- 1) Участники закрепляют перила для навесной переправы на ТО1;
- 2) Оба участника одновременно переходят в РЗ ТО2;
- 3) Участники поднимаются на ТО2 по условиям этапа 2;
- 4) Участники проходят навесную переправу от ТО2 к ТО1 по условиям этапа.

Переход участников от ТО1 к подъёмным перилам не регламентирован.

Нагружение ТО2 разрешено только одним участником (на ТО2, на подъемных перилах, либо на навесной переправе может находиться только один участник). При перестежке через ТО2 обязательно вставать на самостраховку на ТО2.

#### **Этап 2. Подъем.**

Параметры этапа:

Длина этапа	Крутизна
7 м	до 90°

Оборудование этапа:

ИС – БЗ.

Судейские перила.

ЦС – ОЗ. ТО2 – горизонтальная опора, 1 судейский карабин (только для страховки и самостраховки).

Действия: Движение участников по п.5.10.

#### **Этап 3. Навесная переправа.**

Параметры этапа:

Длина этапа	Крутизна	Расстояние от ТО1 до ОЗ
17 м	27°	4 м

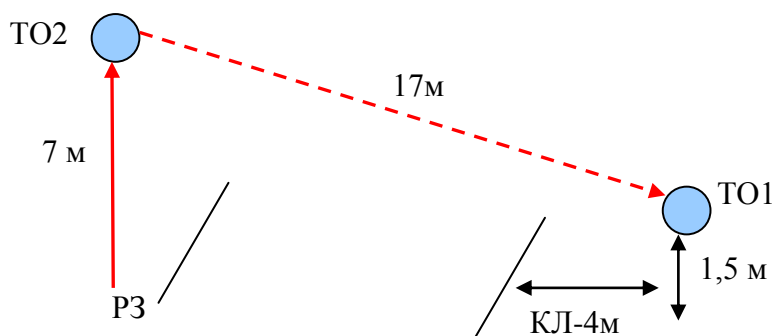
Оборудование этапа:

ИС – ОЗ, ТО2 – горизонтальная опора, 1 судейский карабин (только для страховки и самостраховки).

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

Действия: Организация перил по п.5.6. Движение участников по п.5.9. Снятие перил по 5.7.1.

Обратное движение: В случае невозможности вернуться на ИС этапа по условиям этапа движение участника осуществляется по коридору обратного хода. Далее по условиям этапа 2.



#### **Этап 4. Параллельные перила. КВ = 10 мин.**

Участники проходят этап в следующем порядке:

- 1) Закрепляют на верхнюю опору ТО1 перила, необходимые для наведения верхней ветви параллельных перил.
- 2) Спускаются вниз оврага по п. 5.10. по перилам, которые закрепили по пункту 1. Снятие спусковых перил не производится.
- 3) Поднимаются к ТО2 ногами по склону.
- 4) Наводят верхнюю верёвку параллельных перилл.
- 5) Переправляются по параллельным перилам ТО2 - ТО1 по условиям этапа 4
- 6) Снимают перила с ТО1 по условиям этапа 4.

Параметры этапа:

Длина этапа	Крутизна	Расстояние от ТО1 до ОЗ	Расстояние от ЦС до ТО2	Высота ТО1,ТО2 над землей (нижней опоры)	Расстояние между верхней и нижней опорами
20 м	0°	3 м	4 м	1 м	1,2 м

Оборудование этапа:

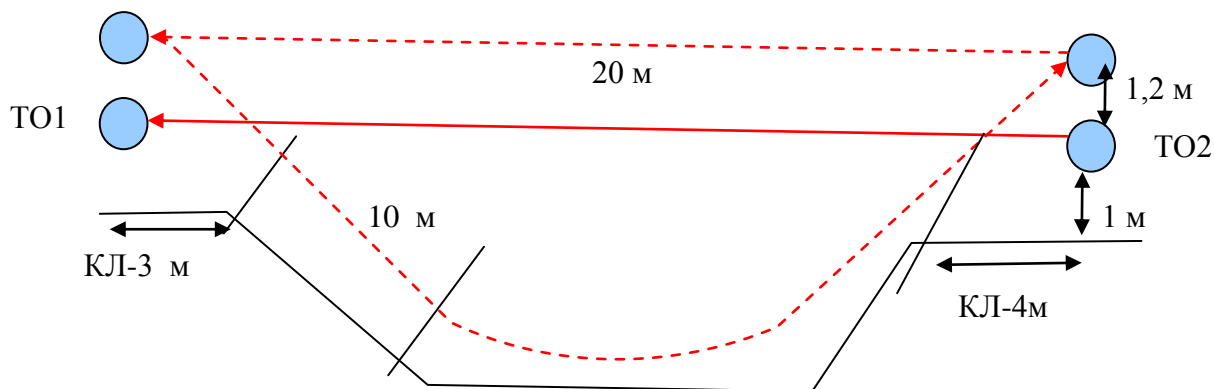
ИС – БЗ, ТО2 – горизонтальная опора (верхняя и нижняя). КЛ – начало ОЗ.

Нижняя ветвь параллельных перил – слэклийн (стропа 35 мм).

ЦС – БЗ, ТО1 – горизонтальная опора (верхняя и нижняя). КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Движение участников от ТО1 до низа оврага по п.5.10, используя верхнюю ветвь параллельных перил. Подъем от низа оврага до ТО2 не регламентирован. Организация перил по п.5.6. Этап проходит по п.5.8. Снятие перил по п.5.7.1.

Обратное движение: только по коридору обратного хода.



**Этап 5. Навесная переправа. КВ = 10 мин**

Участники проходят этап в следующем порядке:

- 1) Участники закрепляют перила для навесной переправы на ТО1;
- 2) Оба участника переправляются от ТО1 до низа оврага по п.5.10, используя перила для наведения навесной переправы. Подъем от низа оврага до ТО2 не регламентирован;
- 3) Участники организуют навесную переправу на ТО2;
- 4) Участники проходят навесную переправу от ТО2 к ТО1;
- 5) Снятие перил осуществляется с ТО1.

Параметры этапа:

Длина этапа	Расстояние от ИС до ОЗ	Расстояние от ОЗ до ЦС	Высота ТО1,ТО2 над землей
20 м	3 м	3 м	1.3 м

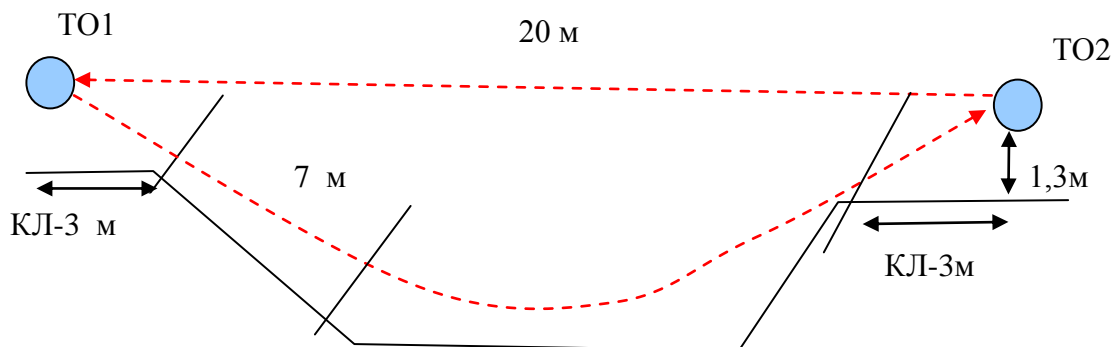
Оборудование этапа:

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

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

Действия: Движение участников от ТО1 до низа оврага по п.5.10, используя перила навесной переправы. Подъем от низа оврага до ТО2 не регламентирован. Организация перил по п.5.6.. Движение участников от ТО2 к ТО1 по п.5.9. Снятие перил по п.5.7.1 осуществляется с ТО1.

Обратное движение: В случае невозможности вернуться на ИС этапа по условиям этапа движение участника осуществляется по коридору обратного движения, расположенному справа и слева от этапа.



**Блок этапов 6-8. Навесная переправа – Наклонная навесная переправа вниз – Маятник.**  
**КВ = 12 мин.**

Блок этапов следует проходить в следующем порядке.

Первый участник:

- 1) проходит навесную переправу по условиям этапа 6;
- 2) наводит перила необходимые для прохождения этапа 8;
- 3) проходит наклонную навесную переправу по условиям этапа 7.

При перестежке через ТО2 обязательно вставить на самостраховку на ТО2.

Второй участник:

- 1) проходит маятник по условиям этапа 8.

**Этап 6. Навесная переправа.**

Параметры этапа:

Длина этапа	Крутизна	Расстояние от ТО1 до ОЗ	Высота крепления ТО1
20 м	10°	4 м	1,8 м

Оборудование этапа:

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

Судейские двойные перила.

ЦС – ОЗ, ТО2 – 2 судейских карабина.

Действия: Движение участника по п.5.9.

Обратное движение: по условиям этапа.

**Этап 7. Наклонная навесная переправа вниз.**

Параметры этапа:

Длина этапа	Крутизна	Расстояние от ТО3 до ОЗ	Высота крепления ТО3
15 м	25°	3 м	0,5 м

Оборудование этапа:

ИС – ОЗ, ТО2 – 2 заглушенных судейских карабина.

Судейские двойные перила.

ЦС – БЗ, ТО3 – горизонтальная опора, КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Движение участника по навесной переправе по п.5.9 разрешено только с верхней командной страховкой.

Обратное движение: По п.5.9 с самостраховкой по п.5.10.2 к навесной переправе.

**Этап 8. Вертикальный маятник.**

Параметры этапа:

Длина этапа
3 м

Оборудование этапа:

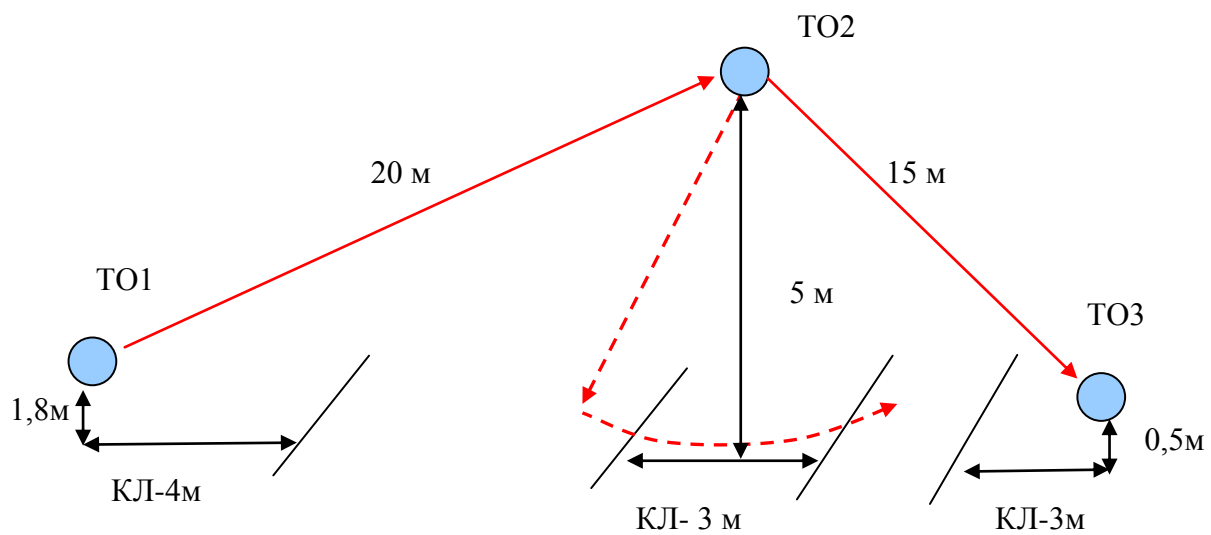
ИС – БЗ, КЛ – начало ОЗ.

ТО2 – 2 заглушенных судейских карабина в ОЗ.

ЦС – БЗ, ТО3 – горизонтальная опора, КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Движение участника по перилам по п.5.15. В случае если участник касается ОЗ, то участнику следует вернуться по правилам обратного движения и повторить прием без касания ОЗ. Снятие маятниковых перил по п.5.7.1.

Обратное движение: по коридору обратного движения.



**ФИНИШ**