



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

08 ноября 2015 года

г. Лыткарино Московской обл.

“RACES OF FOUR – 2015”



XIX «ГОНКИ ЧЕТЫРЕХ»

## УСЛОВИЯ СОРЕВНОВАНИЙ В ДИСЦИПЛИНЕ «ДИСТАНЦИЯ – ПЕШЕХОДНАЯ – ГРУППА» (длинная) 1 класса

Класс дистанции: 1

Количество технических этапов: 5

- По п.7.10 разрешена самостраховка как жумаром, так и схватывающим узлом Прусика.
- Участник обязан находиться в каске при передвижении по дистанции и прохождении этапов.

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

#### СТАРТ

#### Этап. Ориентирование в заданном направлении.

Дистанция впечатана в карту. Окружности пронумерованы согласно порядку прохождения этапов и КП. Команда движется от старта до финиша в заданном направлении. Все КП находятся в обозначенных на местности квадратах 3х3 м. Отметка на КП производится по сбору всей команды в квадрате. Масштаб, сечение рельефа, формат карты, а также количество КП будет указано в технической информации.

На протяжении дистанции команда может двигаться или по маркировке, или самостоятельно выбирая путь движения по карте. Путь по маркировке заведомо длиннее оптимального пути движения. Маркировка в карте не обозначена.

#### Этап 1. Траверс по судейским перилам. КВ = 10 мин.

На этапе присутствуют подводные и отводные перила. При движении по перилам обязательно удерживать их двумя руками.

#### Параметры этапа:

Длина этапа	Крутизна	Кол-во локальных участков
15 м	22°	4

#### Оборудование этапа:

ИС – БЗ, КП – начало ОЗ.

Судейские перила, разделённые на локальные (независимые) участки.

ЦС – БЗ, КП – окончание ОЗ.

Действия: Движение участников по п.7.13. Судейские перила разделены на локальные (независимые) участки. На каждом участке разрешено нахождение не более одного участника. На разных участках могут находиться разные участники одновременно (не более одного на локальный участок).

Обратное движение: По условиям этапа 1.

**Задачи:** Участники переправляются по перилам с исходной стороны этапа на целевую сторону этапа, пристегиваясь усом самостраховки к перилам. На одном локальном участке может находиться один участник, перестёжка между локальными участками осуществляется без потери самостраховки.

## **Этап 2. Переправа вертикальным маятником. КВ = 10 мин.**

### **Параметры этапа:**

Длина этапа
3 м

### **Оборудование этапа:**

ИС – БЗ, КЛ – начало ОЗ.

Судейские перила.

ЦС – БЗ, КЛ – окончание ОЗ.

**Действия:** Переправа участников по судейским маятниковым перилам по п.7.15.1-7.15.5. Сопровождение на этапе не организуется. В случае касания ОЗ, участник возвращается на ИС этапа и повторяет этап без нарушения.

**Обратное движение:** По условиям этапа 2, либо по коридору обратного движения.

**Задачи:** Участники переправляются от исходной стороны этапа к целевой без касания опасной зоны этапа. В случае касания ОЗ, участник возвращается (не отстегивая самостраховку) на ИС этапа и повторяет этап без нарушения.

На ИС этапа участник пристегивается в судейские перила одним из следующих способов:

- а) жумаром, находящимся на усе самостраховки;
- б) схватывающим узлом, крепящимся к ИСС участника;
- в) на перилах завязывается узел и крепится к ИСС.

Если участник прыгал с узлом, то узел следует развязать.

## **Этап 3. Подъем по судейским перилам с самостраховкой. КВ = 15 мин.**

### **Параметры этапа:**

Длина этапа	Крутизна
20 м	25°

### **Оборудование этапа:**

ИС – БЗ, КЛ – начало ОЗ.

Судейские перила.

ЦС – БЗ, КЛ – окончание ОЗ.

**Действия:** Участники проходят этап по судейским перилам с самостраховкой жумаром или схватывающим узлом, движение участников по п.7.10.

**Обратное движение:** спуск по судейским перилам по п. 7.10.

**Задачи:** Участники осуществляют подъем по перилам без потери самостраховки. На перилах может находиться один человек.

## **Этап 4. Переправа по параллельным перилам. КВ = 15 мин.**

### **Параметры этапа:**

Длина этапа	Расстояние между горизонтальными опорами	Высота нижней горизонтальной опоры
17 м	1.2 м	0,5 м

### **Оборудование этапа:**

ИС – БЗ, ТО1 – горизонтальные опоры. КЛ – начало ОЗ.

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

ЦС – БЗ, ТО2 – горизонтальные опоры. КЛ – окончание ОЗ.

**Действия:** Участники проходят этап по судейским параллельным перилам с самостраховкой коротким усом по п.7.8. Сопровождение на этапе не организуется. В случае падения участника с зависанием на самостраховке, участник восстанавливает свое положение на параллельных перилах и продолжает движение.

**Обратное движение:** По условиям этапа 4.

**Задачи:** Участники пристегиваются коротким усом самостраховки к верхней ветви параллельных перил. Движение осуществляется ногами по нижней ветви параллельных перил, руками удерживая верхнюю ветвь параллельных перил. На перилах может находиться только один человек.

**Этап 5. Спуск по судейским перилам с самостраховкой. КВ = 15 мин.**

**Параметры этапа:**

Длина этапа	Крутизна
30 м	30°

**Оборудование этапа:**

ИС – БЗ, КП – начало ОЗ.

Судейские перила.

ЦС – БЗ, КП – окончание БЗ.

**Действия:** Участники проходят этап по судейским перилам с самостраховкой спусковым устройством (восьмеркой) или схватывающим узлом, движение участников по п.7.10.

**Обратное движение:** подъем по судейским перилам по п.7.10.

**Задачи:** Участники осуществляют спуск по судейским перилам без потери самостраховки. На перилах может находиться только один человек.

**ФИНИШ**