



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» (ЭСТАФЕТА, короткая)

Длина дистанции: до 900 метров  
Количество технических этапов: 6

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

К участию в эстафете допускаются 15 лучших мужских команд по результатам выступления на дистанции–пешеходная–группа (длинная) 5 класса, и 15 лучших женских команд по результатам выступления на дистанции–пешеходная–группа (длинная) 4 класса.

1. Дистанция для каждого участника проходит в три круга.
2. Результат определяется суммой времени прохождения дистанции всеми участниками команды.
3. Запрещается физический контакт (передача снаряжения, помощь и т.п.) с бегущим по дистанции участником вне зоны передачи эстафеты. В противном случае участники могут быть сняты.
4. Номер нитки, по которой бежит команда, определяется жеребьевкой. Все участники команды должны бежать по одной и той же нитке на всех этапах.
5. Все технические этапы (блоки этапов) участник должен пройти без нарушений от начала до конца этапа (блока этапов).
  - На дистанции любое нарушение «Условий», «Общих условий» участник фиксирует и исправляет самостоятельно.
  - За любое не исправленное нарушение назначается 1 штрафной круг. Суммарно не более трех штрафных кругов на каждый круг дистанции.
6. В случае невыполнения условий прохождения этапов или дистанции, участник получает снятие с дистанции, и вся команда прекращает участие в эстафете. Так же команда может быть снята после прохождения дистанции.
7. После прохождения каждого круга дистанции (блока этапов) участник бежит оценочный круг. В конце оценочного круга участнику показывают количество штрафных кругов, которое он должен пробежать до выхода на следующий круг дистанции.
8. Отказ участника от прохождения штрафных кругов, либо прохождение меньшего количества штрафных кругов трактуется как невыполнение условий прохождения дистанции. За прохождением правильного количества штрафных кругов участник следит самостоятельно.
9. На протяжении эстафеты судьи взаимодействуют с участниками только в том случае, если действия участника противоречат технике безопасности, либо участник получает снятие с дистанции.
10. Передача эстафеты осуществляется касанием. Отсутствие касания при передаче эстафеты или передача эстафеты вне специальной зоны для передачи эстафеты трактуется как невыполнение условий дистанции.

## СТАРТ

### КРУГ 1

Длина круга: до 300 м

### БЛОК ЭТАПОВ 1-2. Навесная переправа – Спуск по наклонной навесной переправе.

Участник проходит этап в следующем порядке:

- 1) Проходит этап 1.
- 2) Проходит этап 2.

#### Этап 1. Навесная переправа.

Параметры этапа:

Длина этапа	Крутизна	Расстояние от ТО1 до ОЗ
21 м	14°	3 м

Оборудование этапа:

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

Судейские перила.

ЦС – ОЗ, ТО2 – 2 судейских карабина (для самостраховки).

Действия: Обязательно нахождение на усе самостраховки на ТО2 в момент перестежки через ТО2. При прохождении навесной переправы первым действием участник обязан встать на самостраховку в ТО2 до выполнения любых действий и может отстегнуть её перед началом движения по этапу 2.

Движение участника по п.7.9, обязательна самостраховка по п.7.10.2.

Обратное движение: Движение участника по п.7.9, обязательна самостраховка к судейским перилам по п.7.10.

#### Этап 2. Спуск по наклонной навесной переправе.

Параметры этапа:

Длина этапа	Крутизна	Расстояние от ТО3 до ОЗ
15 м	24°	4 м

Оборудование этапа:

ИС – ОЗ, ТО2 – 2 судейских карабина (для самостраховки).

Судейские перила.

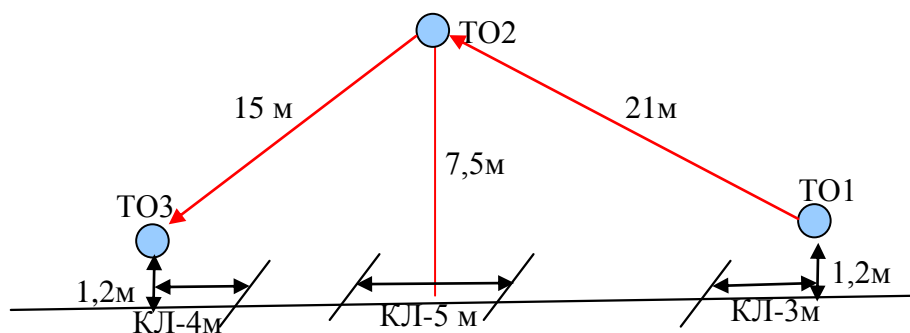
Судейские перила для самостраховки.

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

Действия: Обязательно нахождение на усе самостраховки на ТО2 в момент перестежки через ТО2. При прохождении навесной переправы первым действием участник обязан встать на самостраховку в ТО2 до выполнения любых действий и может отстегнуть её перед началом движения по этапу 2.

Движение участника по п.7.9, обязательна самостраховка к судейским перилам по п.7.10.

Обратное движение: Движение по п.7.9, обязательна самостраховка по п.7.10.2.



## **КРУГ 2**

Длина круга: до 300 м

### **БЛОК ЭТАПОВ 3-4. Навесная переправа – Спуск**

Участник проходит блок этапов в следующем порядке:

- 1) Проходит этап 3.
- 2) Проходит этап 4.

#### **Этап 3. Навесная переправа.**

Параметры этапа:

Длина этапа	Крутизна	Расстояние от ТО1 до ОЗ
21 м	14°	3 м

Оборудование этапа:

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

Судейские перила.

ЦС – ОЗ, ТО2 – 2 судейских карабина (для самостраховки).

Действия: Обязательно нахождение на усе самостраховки на ТО2 в момент перестежки через ТО2. При прохождении навесной переправы первым действием участник обязан встать на самостраховку в ТО2 до выполнения любых действий и может отстегнуть её перед началом движения по этапу 4.

Движение участника по п.7.9, обязательна самостраховка по п.7.10.2.

Обратное движение: Движение участника по п.7.9, обязательна самостраховка к судейским перилам по п.7.10.

#### **Этап 4. Спуск.**

Параметры этапа:

Длина этапа	Крутизна
7,5 м	90°

Оборудование этапа:

ИС – ОЗ, ТО2 – 2 судейских карабина (для самостраховки).

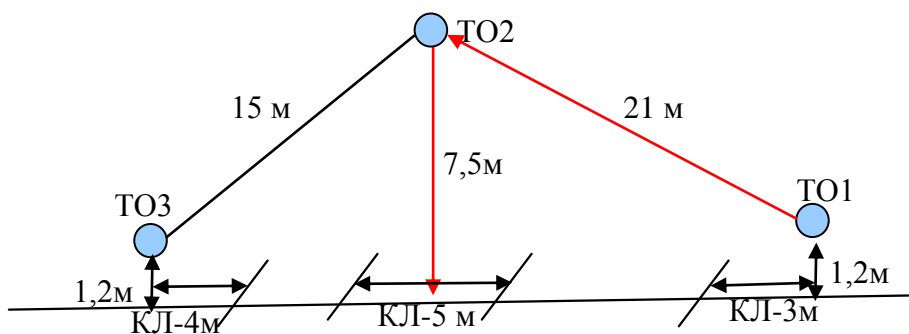
Судейские перила.

ЦС – БЗ, КЛ.

Действия: Обязательно нахождение на усе самостраховки на ТО2 в момент перестежки через ТО2. При прохождении навесной переправы первым действием участник обязан встать на самостраховку в ТО2 до выполнения любых действий и может отстегнуть её перед началом движения по этапу 4.

Движение участника по п.7.10.

Обратное движение: Движение производится по п.7.10.



### **КРУГ 3**

Длина круга: до 300 м.

#### **БЛОК ЭТАПОВ 5-6. Подъем – Спуск по наклонной навесной переправе.**

Участник проходит блок этапов в следующем порядке:

- 1) Проходит этап 5.
- 2) Проходит этап 6.

##### **Этап 5. Подъем.**

Параметры этапа:

Длина этапа	Крутизна
7,5 м	90°

Оборудование этапа:

ИС – БЗ.

Судейские перила.

ЦС – ОЗ, ТО2 – 2 судейских карабина (для самостраховки).

Действия: Обязательно нахождение на усе самостраховки на ТО2 в момент перестежки через ТО2. При прохождении подъема первым действием участник обязан встать на самостраховку в ТО2 до выполнения любых действий и может отстегнуть её перед началом движения по этапу 6.

Движение участника по п.7.10.

Обратное движение: Движение производится по п.7.10.

##### **Этап 6. Спуск по наклонной навесной переправе.**

Параметры этапа:

Длина этапа	Крутизна	Расстояние от ТО3 до ОЗ
15 м	24°	4 м

Оборудование этапа:

ИС – ОЗ, ТО2 – горизонтальная опора, 2 судейских карабина (для самостраховки).

Судейские перила.

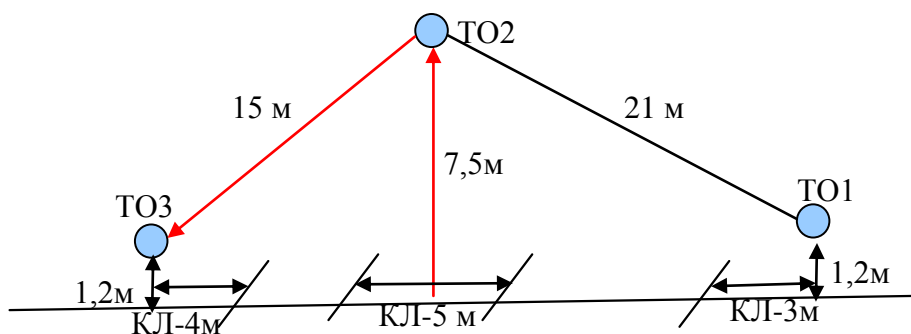
Судейские перила для самостраховки.

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

Действия: Обязательно нахождение на усе самостраховки на ТО2 в момент перестежки через ТО2. При прохождении подъема первым действием участник обязан встать на самостраховку в ТО2 до выполнения любых действий и может отстегнуть её перед началом движения по этапу 6.

Движение участника по п.7.9, обязательна самостраховка к судейским перилам по п.7.10.

Обратное движение: Движение по п.7.9, обязательна самостраховка по п.7.10.2.



### **ФИНИШ**

