



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

14 февраля 2016 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: 7**

- 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**

#### **БЛОК ЭТАПОВ 1- 2. 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 2.

Переход участников от ТО1 к подъемным 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 1. 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.7.10. 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 2.

### **Этап 2. Навесная переправа.**

**Параметры этапа:**

Длина этапа	Крутизна	Расстояние от ТО1 до ОЗ
21 м	21°	4 м

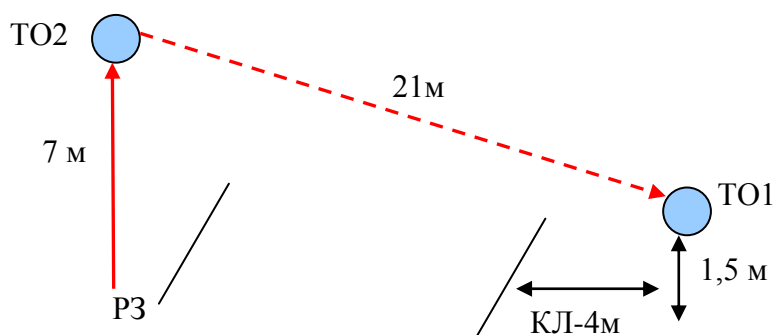
**Оборудование этапа:**

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.7.6. Движение участников по п.7.9 разрешено только с ВКС по п.7.12.3. Снятие перил по п.7.7.1. Обязательно нахождение на усе самостраховки на ТО2 в момент перестежки через ТО2. При подъеме первым действием участник обязан встать на самостраховку в ТО2 до выполнения любых действий и может отстегнуть её перед началом движения по этапу 2.

**Обратное движение:** В случае невозможности вернуться на ИС этапа по условиям этапа движение участника осуществляется по коридору обратного хода. Далее по условиям этапа 1.



### **БЛОК ЭТАПОВ 3- 4. Спуск – Параллельные перила. КВ = 15 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.7.10 по перилам, которые закрепили согласно пункту 1 по условиям этапа 3. Снятие спусковых перил не производится.
- 3) Поднимаются к ТО2 ногами по склону.
- 4) Наводят верхнюю верёвку параллельных перил по условиям этапа 4.
- 5) Переправляются по параллельным перилам ТО2 - ТО1 по условиям этапа 4.
- 6) Снимают перила с ТО1 по условиям этапа 4.

### **Этап 3. Спуск.**

**Параметры этапа:**

Длина этапа	Крутизна склона
10 м	20°

**Оборудование этапа:**

ИС – БЗ, ТО1 – горизонтальная опора (верхняя). КЛ – начало ОЗ.

ЦС – БЗ, КЛ – окончание ОЗ

**Действия:** Организация перил по п.7.6. Движение участников по п.7.10, снятие перил не производится.

Обратное движение: в случае невозможности вернуться по условиям этапа движение производится по коридору обратного хода.

#### **Этап 4. Параллельные перила.**

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
21м	0°	3 м	4 м	1 м	1,2 м

Оборудование этапа:

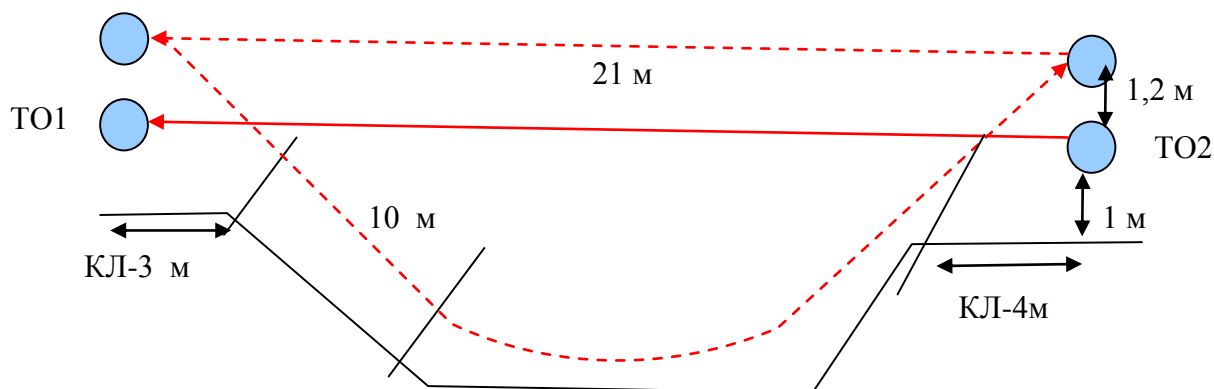
ИС – БЗ, ТО2 – горизонтальная опора (верхняя и нижняя). КЛ – начало ОЗ.

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.7.10, используя верхнюю ветвь параллельных перил. Подъем от низа оврага до ТО2 не регламентирован. Организация перил по п.7.6. Этап проходит по п.7.8. Снятие перил по п.7.7.1.

Обратное движение: в случае невозможности движения по п.7.8 движение осуществляется по коридору обратного хода.



#### **БЛОК ЭТАПОВ 4-6. Вертикальный маятник – Подъем – Навесная переправа вниз. КВ = 10 МИН.**

Участник проходит этап в следующем порядке:

- 1) Первый участник проходит этап 4;
- 2) Первый участник переходит к ТО1 по земле;
- 3) Первый участник крепит на ТО1 перила навесной переправы;
- 4) Второй участник поднимается на ТО2 по условиям этапа 5;
- 5) Участники наводят перила навесной переправы по условиям этапа 6;
- 6) Второй участник спускается по навесной переправе на ТО2 по условиям этапа 6.

Выполнение любых действий на ТО2 разрешено только после постановки на самостраховку в ТО2.

На этапе «Подъем» разрешено касаться ОЗ под ТО2.

#### **Этап 4. Вертикальный маятник.**

Параметры этапа:

Длина этапа
3 м

Оборудование этапа:

ИС – БЗ, КЛ – начало ОЗ.

Судейские перила.

ЦС – БЗ, КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Движение участника по перилам по п.7.15. В случае, если участник касается ОЗ, то участнику следует вернуться по правилам обратного движения и повторить прием без касания ОЗ.

Обратное движение: только по коридору обратного движения.

### **Этап 5. Подъём.**

Параметры этапа:

Длина этапа	Крутизна склона
8 м	90°

Оборудование этапа:

ИС – БЗ, КЛ – начало ОЗ.

Судейские перила.

ЦС – ОЗ, ТО2 – 2 судейских карабина;

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: спуск по судейским перилам с ВКС по п.7.12.

### **Этап 6. Навесная переправа вниз.**

Параметры этапа:

Длина этапа	Крутизна	Расстояние от ТО3 до ОЗ
11 м	31°	3 м

Оборудование этапа:

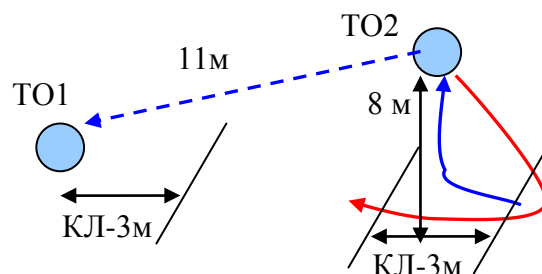
ИС – ОЗ, ТО2 – 2 судейских карабина.

ЦС – БЗ, ТО1 – 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 6.

Организация перил по п.7.6. Движение участника по навесной переправе по п.7.9 разрешено только с ВКС по п.7.12.3. Снятие перил по п.7.7.1.

Обратное движение: В случае невозможности вернуться по условиям этапа 6, движение осуществляется по условиям этапа 5.



### **Этап 7. 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 ТО2 по судейской навесной переправе по 7.9.
- 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
21 м	3 м	3 м	1.3 м

Оборудование этапа:

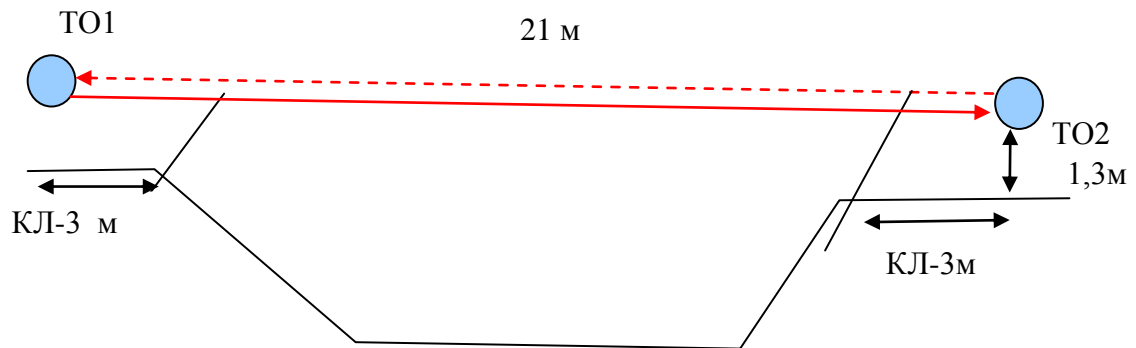
ИС – БЗ, ТО1 – 1 судейский карабин (для крепления навесной переправы и сопровождения). КЛ – начало ОЗ.

Судейские двойные перила (для переправы от ТО1 к ТО2)

ЦС – БЗ, ТО2 – 1 судейский карабин (для крепления навесной переправы и сопровождения). КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Движение участников от ТО1 до ТО2 по судейской навесной переправе по п.7.9. Организация перил по п.7.6 в судейские карабины. Движение участников от ТО2 к ТО1 по командным перилам п.7.9. Снятие перил по п.7.7.1 осуществляется с ТО1.

Обратное движение: По судейским перилам по 7.9.



**ФИНИШ**