

**Об утверждении Федерального стандарта  
спортивной подготовки по виду спорта спортивный туризм**

В соответствии с частью 1 статьи 34 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2011, № 50, ст. 7354; 2012, № 53 (ч. 1), ст. 7582) и подпунктом 4.2.27 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 № 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 26, ст. 3525; 2013, № 30 (ч. 2), ст. 4112; № 45, ст. 5822; 2015, № 2, ст. 491, № 18, ст. 2711), п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить прилагаемый федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивный туризм.
2. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Министр

П.А. Колобков

УТВЕРЖДЕН  
приказом Минспорта России  
от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 201\_\_ г. № \_\_\_\_\_

**Федеральный стандарт  
спортивной подготовки по виду спорта спортивный туризм**

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивный туризм (далее – ФССП) разработан на основании части 1 статьи 34 Федерального закона от 14.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2011, № 50, ст. 7354, № 53 (ч. 1), ст. 7582) (далее – Федеральный закон) и подпункта 4.2.27 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 № 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 26, ст. 3525; 2013, № 30 (ч. 2), ст.4112; № 45, ст. 5822; 2015, № 2 ст. 491, № 18, ст. 2711), и определяет условия и требования к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с Федеральным законом.

**I. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки,  
в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки**

1. Программа спортивной подготовки по виду спорта спортивный туризм (далее - Программа) должна иметь следующую структуру и содержание:

- титульный лист;
- пояснительную записку;
- нормативную часть;
- методическую часть;
- систему контроля и зачетные требования;
- перечень информационного обеспечения;

– план физкультурных и спортивных мероприятий.

1.1. На «Титульном листе» Программы указывается:

- наименование вида спорта и группы дисциплин «Маршрут» или «Дистанция»;
- наименование организации, осуществляющей спортивную подготовку;
- название Программы;
- название федерального стандарта спортивной подготовки, на основе которого разработана Программа;
- срок реализации Программы;
- год составления Программы.

1.2. В «Пояснительной записке» Программы дается характеристика вида спорта, его отличительные особенности и специфика организации тренировочного процесса, излагается структура системы многолетней подготовки (этапы, уровни, дисциплины).

1.3. «Нормативная часть» Программы должна содержать:

- продолжительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивный туризм (Приложение № 1 к настоящему ФССП);

- соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивный туризм (Приложение № 2 к настоящему ФССП);

- планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спортивный туризм (Приложение № 3 к настоящему ФССП);

- режимы тренировочной работы;

- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку;

- предельные тренировочные нагрузки;

- минимальный и предельный объем соревновательной деятельности;

- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию;

- требования к количественному и качественному составу групп на этапах спортивной подготовки;

- объем индивидуальной спортивной подготовки;

- структуру годичного цикла (название и продолжительность периодов, этапов, мезоциклов).

1.4. «Методическая часть» Программы должна содержать:

- рекомендации по проведению тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и спортивных соревнований;

- рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок;

- рекомендации по планированию спортивных результатов;
- требования к организации и проведению врачебно-педагогического, психологического и биохимического контроля;
- программный материал для практических занятий по каждому этапу спортивной подготовки с разбивкой на периоды подготовки;
- рекомендации по организации психологической подготовки;
- планы применения восстановительных средств;
- планы антидопинговых мероприятий;
- планы инструкторской и судейской практики.

1.5. «Система контроля и зачетные требования» Программы должны включать:

- конкретизацию критериев подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность в виде спорта спортивный туризм (Приложение № 4 к настоящему ФССП);
- требования к результатам реализации Программы на каждом этапе спортивной подготовки, выполнение которых дает основание для перевода лица, проходящего спортивную подготовку на следующий этап спортивной подготовки;
- виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовленности, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам подготовки, сроки проведения контроля;
- комплексы контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, методические указания по организации тестирования, методам и организации медико-биологического обследования.

1.6. «Перечень информационного обеспечения» Программы должен включать: список литературных источников (доступных обучающимся, в том числе через сеть Интернет), перечень аудиовизуальных средств, перечень Интернет-ресурсов, необходимых для использования в работе лицами, осуществляющими спортивную подготовку и при прохождении спортивной подготовки лицами, проходящими спортивную подготовку.

1.7. «План физкультурных и спортивных мероприятий» Программы формируется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, на основе Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных и спортивных мероприятий, календарных планов физкультурных и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, муниципальных образований.

## **II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта спортивный туризм (спортивных дисциплин)**

2. Нормативы по видам спортивной подготовки и их соотношение на этапах спортивной подготовки в группах, занимающихся видом спорта спортивный туризм, включают в себя:

2.1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки (Приложение № 5 к настоящему ФССП).

2.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (Приложение № 6 к настоящему ФССП).

2.3. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства (Приложение № 7 к настоящему ФССП).

2.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства (Приложение № 8 к настоящему ФССП).

2.5. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки (Приложение № 9 к настоящему ФССП).

## **III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой программой спортивной подготовки**

3.1 Требования к участию в спортивных соревнованиях лиц, проходящих спортивную подготовку:

- соответствие возраста и пола участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях и правилам вида спорта спортивный туризм;

- соответствие уровня спортивной квалификации участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта спортивный туризм;

- выполнение плана спортивной подготовки;

- прохождение предварительного соревновательного отбора;

- наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;

- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

4. Лицо, проходящее спортивную подготовку, направляется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, на спортивные соревнования в соответствии с содержащимся в Программе планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях и спортивных мероприятиях.

#### **IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки**

5. Результатом реализации Программы является:

5.1. На этапе начальной подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта спортивный туризм;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта спортивный туризм.

5.2. На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовленности;
- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта спортивный туризм;
- формирование спортивной мотивации;
- укрепление здоровья спортсменов.

5.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышение функциональных возможностей организма спортсменов;
- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовленности;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- поддержание высокого уровня спортивной мотивации;
- сохранение здоровья спортсменов.

5.4. На этапе высшего спортивного мастерства:

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;

- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

6. Для обеспечения этапов спортивной подготовки организации, осуществляющие спортивную подготовку, используют систему спортивного отбора, представляющую собой целевой поиск и определение состава перспективных спортсменов для достижения высоких спортивных результатов.

Система спортивного отбора включает:

а) массовый просмотр и тестирование юношей и девушек с целью ориентирования их на занятия спортом;

б) отбор перспективных юных спортсменов для комплектования групп спортивной подготовки по виду спорта спортивный туризм;

в) просмотр и отбор перспективных юных спортсменов на тренировочных сборах и соревнованиях.

7. Максимальный возраст лиц, проходящих спортивную подготовку по Программе на этапе спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства, не ограничивается.

8. Образовательные организации, реализующие образовательные программы в области физической культуры и спорта для наиболее перспективных выпускников, могут предоставить возможность прохождения спортивной подготовки на своей базе сроком до четырех лет (до 10% от количества лиц, проходящих спортивную подготовку).

## **V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта спортивный туризм**

9 Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта спортивный туризм, содержащих в своем наименовании слово «маршрут» (далее дисциплины «маршрут») или «дистанция» (далее дисциплины «дистанция») определяются в Программе и учитываются при:

- составлении планов спортивной подготовки, начиная с этапа спортивной специализации;

- составлении плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

10. Тренировочный процесс в организации, осуществляющей спортивную подготовку, ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели.

11. Основными формами осуществления спортивной подготовки являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;

- тренировочные сборы в различных формах;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

12. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки осуществляется на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

13. Для проведения занятий на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера (тренера-преподавателя) по виду спорта спортивный туризм допускается привлечение дополнительно второго тренера (тренера-преподавателя) по общей физической и специальной физической подготовке при условии их одновременной работы с лицами, проходящими спортивную подготовку.

14. Для обеспечения круглогодичной спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса в соответствии с перечнем тренировочных сборов (Приложение № 10 к настоящему ФССП).

15. Порядок формирования групп спортивной подготовки по виду спорта спортивный туризм определяется организациями, осуществляющими спортивную подготовку, самостоятельно.

16. Лицам, проходящим спортивную подготовку, не выполнившим предъявляемые Программой требования, предоставляется возможность продолжить спортивную подготовку на том же этапе спортивной подготовки.

17. С учетом специфики вида спорта спортивный туризм определяются следующие особенности спортивной подготовки:

- комплектование групп спортивной подготовки, а также планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития;

- в зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований, подготовка по виду спорта спортивный туризм осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку.

## **VI. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям**

18. Организации, осуществляющие спортивную подготовку, должны обеспечить соблюдение требований к условиям реализации Программ, в том числе кадрам, материально-технической базе, инфраструктуре, и иным условиям, установленным настоящим ФССП.

19. Требования к кадрам организаций, осуществляющих спортивную подготовку:

19.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку по виду спорта спортивный туризм, должен соответствовать требованиям, определенным Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054) (далее – ЕКСД), в том числе следующим требованиям:

- на этапе начальной подготовки – наличие среднего профессионального образования или высшего образования без предъявления требований к стажу работы по специальности;

- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – наличие среднего профессионального образования или высшего образования и стажа работы по специальности не менее одного года;

- на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства – наличие высшего образования и стажа работы по специальности не менее трех лет.

19.2. Лица, не имеющие специальной подготовки или стажа работы установленных в разделе «Требования к квалификации» ЕКСД, но обладающие достаточным практическим опытом и выполняющие качественно и в полном объеме возложенные на них должностные обязанности, при наличии стажа участия в республиканских и международных соревнованиях, по рекомендации аттестационной комиссии назначаются на соответствующие должности так же, как и лица, имеющие специальную подготовку и стаж работы <sup>1</sup>.

19.3. Количественный расчет кадровой потребности осуществляется на основе тарификации тренерского состава, планово-расчетных показателей количества лиц, осуществляющих спортивную подготовку, и режима

---

<sup>1</sup> пункт 6 ЕКСД

эксплуатации спортивных сооружений, на которых осуществляется реализация Программы.

20. Требования к материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям:

- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие тренажерного зала;
- наличие раздевалок, душевых;
- наличие медицинского пункта объекта спорта, оборудованного в соответствии с приказом Минздравсоцразвития России от 01.03.2016 г № 134н «Порядок организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) комплекса "Готов к труду и обороне"» (зарегистрирован Минюстом России 21.06.2016 г., регистрационный номер N 42578);
- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для прохождения спортивной подготовки (Приложение № 11 к настоящему ФССП);
- обеспечение спортивной экипировкой (Приложение № 12 к настоящему ФССП);
- обеспечение проезда к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;
- обеспечение питанием и проживанием (в том числе в полевых условиях) в период проведения спортивных мероприятий;
- осуществление медицинского обеспечения лиц, проходящих спортивную подготовку, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

**Приложение № 1**  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
спортивный туризм

**Продолжительность этапов спортивной подготовки,  
минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной  
подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную  
подготовку  
в группах на этапах спортивной подготовки  
по виду спорта спортивный туризм**

<b>Этапы спортивной подготовки</b>	<b>Продолжительность этапов (в годах)</b>	<b>Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)</b>	<b>Наполняемость групп (человек)</b>
<b>В группах дисциплины «Маршрут»</b>			
<b>Этап начальной подготовки</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	<b>12</b>
<b>Тренировочный этап (этап спортивной специализации)</b>	<b>4</b>	<b>12</b>	<b>8</b>
<b>Этап совершенствования спортивного мастерства</b>	<b>Без ограничений</b>	<b>16</b>	<b>4</b>
<b>Этап высшего спортивного мастерства</b>	<b>Без ограничений</b>	<b>20</b>	<b>1</b>
<b>В группах дисциплины «Дистанция»</b>			
<b>Этап начальной подготовки</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	<b>12</b>
<b>Тренировочный этап (этап спортивной специализации)</b>	<b>4</b>	<b>12</b>	<b>8</b>

<b>Этап совершенствования спортивного мастерства</b>	<b>Без ограничений</b>	<b>15</b>	<b>4</b>
<b>Этап высшего спортивного мастерства</b>	<b>Без ограничений</b>	<b>17</b>	<b>1</b>

Приложение № 2  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
спортивный туризм

**Соотношение объемов тренировочного процесса  
на этапах спортивной подготовки  
по виду спорта спортивный туризм (%)**

Разделы спортивной подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет		
	Для дисциплин: «маршрут - пешеходный (1-6 категория)», «маршрут - лыжный (1-6 категория)», «маршрут - горный (1-6 категория)», «маршрут - водный (1-6 категория)», «маршрут - на средствах передвижения (1-6 категория) - включает вело, авто-мото, конные маршруты»; «маршрут - спелео (1-6 категория)», «маршрут - парусный (1-6 категория)», «маршрут - комбинированный (1-6 категория)»					
Общая физическая подготовка (%)	<b>55-69</b>	<b>45-58</b>	<b>33-48</b>	<b>24-35</b>	<b>17-22</b>	<b>17-23</b>
Специальная физическая подготовка (%)	<b>14-18</b>	<b>16-20</b>	<b>17-23</b>	<b>20-23</b>	<b>20-27</b>	<b>20-27</b>
Техническая подготовка (%)	<b>15-19</b>	<b>23-29</b>	<b>32-42</b>	<b>40-52</b>	<b>45-57</b>	<b>45-57</b>
Тактическая, теоретическая, психолог. подготовка (%)	<b>1-3</b>	<b>2-4</b>	<b>2-4</b>	<b>3-5</b>	<b>3-5</b>	<b>3-5</b>

Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика (%)	<b>1-2</b>	<b>1-2</b>	<b>1-3</b>	<b>1-3</b>	<b>3-5</b>	<b>3-5</b>
--	------------	------------	------------	------------	------------	------------

## Окончание Приложения №2

	Для дисциплин: «дистанция - водная - каяк», «дистанция - комбинированная», «дистанция - лыжная», «дистанция - на средствах передвижения», «дистанция - парусная», «дистанция - пешеходная», «дистанция – спелео»; «дистанция - водная - байдарка», «дистанция - водная - катамаран 2», «дистанция - горная - связка», «дистанция - лыжная - связка», «дистанция - пешеходная - связка», «дистанция - спелео – связка»; «дистанция - водная - катамаран 4», «дистанция - водная - командная гонка», «дистанция - горная - группа», «дистанция - лыжная - группа», «дистанция - на средствах передвижения - группа», «дистанция - пешеходная - группа», «дистанция - спелео - группы»					
Общая физическая подготовка (%)	<b>44-56</b>	<b>44-56</b>	<b>40-50</b>	<b>27-35</b>	<b>24-30</b>	<b>24-30</b>
Специальная физическая подготовка (%)	<b>9-11</b>	<b>9-11</b>	<b>16-20</b>	<b>29-37</b>	<b>35-45</b>	<b>33-42</b>
Техническая подготовка (%)	<b>24-31</b>	<b>26-34</b>	<b>20-26</b>	<b>17-23</b>	<b>12-16</b>	<b>12-16</b>
Тактическая, теоретическая, психолог. подготовка (%)	<b>6-8</b>	<b>4-6</b>	<b>6-8</b>	<b>6-8</b>	<b>8-10</b>	<b>4-6</b>
Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика (%)	<b>4-6</b>	<b>4-6</b>	<b>6-8</b>	<b>8-10</b>	<b>10-12</b>	<b>14-18</b>

Приложение № 3  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
спортивный туризм

**Планируемые показатели соревновательной деятельности  
по виду спорта спортивный туризм**

Виды спортивных соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки (НП)		Тренировочный этап (этап спортивной специализации - СС)		Этап совершенствования спортивного мастерства (ССМ)	Этап высшего спортивного мастерства (СМ)
	До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет		
	Для дисциплин: «маршрут - пешеходный (1-6 категория)», «маршрут - лыжный (1-6 категория)», «маршрут - горный (1-6 категория)», «маршрут - водный (1-6 категория)», «маршрут - на средствах передвижения (1-6 категория) - включает вело, авто-мото, конные маршруты»; «маршрут - спелео (1-6 категория)», «маршрут - парусный (1-6 категория)», «маршрут - комбинированный (1-6 категория)»					
<b>Контрольные</b>	-	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>Отборочные</b>	-	-	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Основные</b>	-	-	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
	Для дисциплин: «дистанция - водная - каяк», «дистанция - комбинированная», «дистанция - лыжная», «дистанция - на средствах передвижения», «дистанция - парусная», «дистанция - пешеходная», «дистанция - спелео»; «дистанция - водная - байдарка», «дистанция - водная - катамаран 2», «дистанция - горная - связка», «дистанция - лыжная - связка», «дистанция - пешеходная - связка», «дистанция - спелео - связка»; «дистанция - водная - катамаран 4», «дистанция - водная - командная гонка»,					

	«дистанция - горная - группа», «дистанция - лыжная - группа», «дистанция - на средствах передвижения - группа», «дистанция - пешеходная - группа», «дистанция - спелео - группы»					
<b>Контрольные</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>
<b>Отборочные</b>	-	-	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>6</b>
<b>Основные</b>	-	-	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>8</b>

Приложение № 4  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
спортивный туризм

**Влияние физических качеств и телосложения на результативность  
по виду спорта спортивный туризм**

<b>Физические качества и телосложение</b>	<b>Уровень влияния</b>
<b>Для дисциплин «Маршрут»</b>	
Мышечная сила	2
Скоростные способности	1
Выносливость	3
Вестибулярная устойчивость	2
Гибкость	1
Координационные способности	2
Телосложение	1
<b>Для дисциплин «Дистанция»</b>	
Мышечная сила	2
Скоростные способности	2
Выносливость	3
Вестибулярная устойчивость	2
Гибкость	1
Координационные способности	2
Телосложение	1

Условные обозначения:

3 – значительное влияние;

2 – умеренное влияние;

1 – незначительное влияние.

Приложение № 5  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
спортивный туризм

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки  
для зачисления в группы на этапе начальной подготовки**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Мальчики	Девочки
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 12 с)	Бег 60 м (не более 12,9 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)	Прыжок в длину с места (не менее 125 см)
	Прыжок в высоту с места (не менее 20 см)	Прыжок в высоту с места (не менее 15 см)
Выносливость	Бег на 1 км (не более 7 мин 10 с)	Бег на 1 км (не более 6 мин 50 с)
Силовые качества	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 9 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 5 раз)
	Подтягивание из виса на высокой перекладине (не менее 2 раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (не менее 7 раз)
Силовая выносливость	Подъем туловища лежа на спине (не менее 10 раз)	Подъем туловища лежа на спине (не менее 7 раз)

	Вис на перекладине на двух руках (не менее 30 с)	Вис на перекладине на двух руках (не менее 25 с)
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 10,3 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,9 с)
	Вращение вокруг своей оси по часовой и против часовой стрелке за 4 с, с последующим прохождением по прямой линии (не менее 3 оборотов в каждую сторону)	
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (пальцами рук коснуться пола)	

Приложение № 6  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
спортивный туризм

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки  
для зачисления в группы на тренировочном этапе  
спортивной специализации**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 10,8 с)	Бег 60 м (не более 11,2 с)
Координация	Челночный бег 3x10м (не более 9,4 с)	Челночный бег 3x10м (не более 9,8 с)
Выносливость	Бег на 1,5 км (не более 7 мин 55 с)	Бег на 1 км (не более 6 мин 30 с)
Сила	Подтягивание из вися на высокой перекладине (не менее 4 раз)	Подтягивание из вися лежа на низкой перекладине (не менее 11 раз)
Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 14 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 8 раз)
	Подъем туловища лежа на спине (не менее 10 раз)	Подъем туловища лежа на спине (не менее 7 раз)

<b>Скоростно-силовые качества</b>	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 145 см)
<b>Гибкость</b>	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (пальцами рук коснуться пола)	
<b>Техническое мастерство</b>	Обязательная техническая программа	

Приложение № 7  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
спортивный туризм

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки  
для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного  
мастерства**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Мужчины	Женщины
<b>Для дисциплин «Маршрут»</b>		
<b>Скоростные качества</b>	Бег 100 м (не более 13,8 с)	Бег 100 м (не более 16,3 с)
<b>Координация</b>	Челночный бег 3x10м (не более 7,6 с)	Челночный бег 3x10м (не более 8,2 с)
<b>Выносливость</b>	Бег на 2 км (не более 7 мин 50 с)	Бег на 2 км (не более 9 мин 50 с)
<b>Сила</b>	Подтягивание из виса на высокой перекладине (не менее 13 раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (не менее 19 раз)
<b>Силовая выносливость</b>	Поднимание туловища из положения лежа на спине (не менее 50 раз в 1 мин)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (не менее 40 раз в 1 мин)
	-	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 16 раз)

	Подъём ног из виса на перекладине до уровня хвата руками (не менее 20 раз)	Подъём ног из виса на перекладине до уровня хвата руками (не менее 15 раз)
<b>Скоростно-силовые качества</b>	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 230 см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 185 см)
<b>Гибкость</b>	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (не менее 13 см ниже линии уровня стоп)	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (не менее 16 см ниже линии уровня стоп)
<b>Техническое мастерство</b>	Обязательная техническая программа	
<b>Спортивный разряд</b>	«кандидат в мастера спорта»	

## Окончание Приложения 7

<b>Для дисциплин «Дистанция»</b>		
<b>Скоростные качества</b>	Бег 60 м (не более 8,7 с)	Бег 60 м (не более 9,6 с)
<b>Координация</b>	Челночный бег 3x10м (не более 7,6 с)	Челночный бег 3x10м (не более 8,2 с)
<b>Выносливость</b>	Бег на 2 км (не более 9 мин 00 с)	Бег на 2 км (не более 11 мин 00 с)
<b>Сила</b>	Подтягивание из виса на высокой перекладине (не менее 10 раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (не менее 18 раз)
<b>Силовая выносливость</b>	Поднимание туловища из положения лежа на спине (не менее 47 раз в 1 мин)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (не менее 40 раз в 1 мин)
	Подъём ног из виса на перекладине до уровня хвата руками (не менее 20 раз)	Подъём ног из виса на перекладине до уровня хвата руками (не менее 15 раз)
	-	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 16 раз)
<b>Скоростно-силовые качества</b>	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 200 см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 175 см)

<b>Гибкость</b>	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (не менее 13 см ниже линии уровня стоп)	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (не менее 16 см ниже линии уровня стоп)
<b>Техническое мастерство</b>	Обязательная техническая программа	
<b>Спортивный разряд</b>	«кандидат в мастера спорта»	

Приложение № 8  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
спортивный туризм

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки  
для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Мужчины	Женщины
<b>Скоростные качества</b>	Бег 100 м (не более 13,5 с)	Бег 100 м (не более 16,5 с)
<b>Координация</b>	Челночный бег 3x10м (не более 7,5 с)	Челночный бег 3x10м (не более 8,0 с)
<b>Выносливость</b>	Бег на 3 км (не более 12 мин 30 с)	Бег на 2 км (не более 10 мин 30 с)
<b>Сила</b>	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 13 раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (не менее 20 раз)

<b>Силовая выносливость</b>	Подъем ног из виса на перекладине до уровня хвата руками (не менее 25 раз)	Подъем ног из виса на перекладине до уровня хвата руками (не менее 20 раз)
<b>Скоростно-силовые качества</b>	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 240 см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 195 см)
<b>Гибкость</b>	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (не менее 13 см ниже линии уровня стоп)	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (не менее 16 см ниже линии уровня стоп)
<b>Техническое мастерство</b>	Обязательная техническая программа	
<b>Спортивное звание</b>	«мастер спорта России»	

Приложение № 9  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
спортивный туризм

**Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки**

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До 2 лет	Свыше 2 лет		
<b>Количество часов в неделю</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	<b>12</b>	<b>18</b>	<b>28</b>	<b>32</b>
<b>Количество тренировок в неделю</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	<b>14</b>	<b>14</b>
<b>Общее количество часов в год</b>	<b>312</b>	<b>468</b>	<b>624</b>	<b>936</b>	<b>1456</b>	<b>1664</b>
<b>Общее количество тренировок в год</b>	<b>208</b>	<b>260</b>	<b>312</b>	<b>624</b>	<b>728</b>	<b>728</b>

Приложение № 10  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
спортивный туризм

**Перечень тренировочных сборов**

№ п/п	Вид тренировочных сборов	Предельная продолжительность сборов по этапам спортивной подготовки (количество дней)				Оптимальное число участников сбора
		Этап высшего спортивного мастерства	Этап совершенствования спортивного мастерства	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап начальной подготовки	
<b>1. Тренировочные сборы по подготовке к спортивным соревнованиям</b>						
1.1.	Тренировочные сборы по подготовке к чемпионатам, кубкам, первенствам России	21	18	14	-	Определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку
1.2.	Тренировочные сборы по подготовке к другим всероссийским соревнованиям	18	18	14	-	
1.3.	Тренировочные сборы по подготовке к официальным соревнованиям субъекта РФ	14	14	14	-	

## Окончание Приложения № 10

2. Специальные тренировочные сборы						
2.1.	Тренировочные сборы по общей или специальной физической (технической) подготовке	18	18	14	-	Не менее 70% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе
2.2.	Восстановительные тренировочные сборы	До 14 дней			-	Участники соревнований
2.3.	Тренировочные сборы для комплексного медицинского обследования	До 5 дней, но не более 2 раз в год			-	В соответствии с планом комплексного медицинского обследования
2.4.	Тренировочные сборы в каникулярный период	-	-	До 21 дня подряд и не более двух сборов в год		Не менее 60% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе
2.5.	Просмотровые тренировочные сборы для кандидатов на зачисление в профессиональные образовательные организации, осуществляющие деятельность в области физической культуры и спорта	-	До 60 дней		-	В соответствии с правилами приема

Приложение № 11  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
спортивный туризм

**Оборудование и спортивный инвентарь,  
необходимые для прохождения спортивной подготовки**

№ п/п	Наименование оборудования, спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
<b>Для дисциплин:</b> «маршрут - пешеходный (1-6 категория)», «маршрут - лыжный (1-6 категория)», «маршрут - горный (1-6 категория)», «маршрут - водный (1-6 категория)», «маршрут - на средствах передвижения (1-6 категория) - включает вело, авто-мото, конные маршруты»; «маршрут - спелео (1-6 категория)», «маршрут - парусный (1-6 категория)», «маршрут - комбинированный (1-6 категория)»			
1.	Рюкзак (объём от 80 до 120 л)	штук	16
2.	Мешок спальный (от +5... до -30 °С)	штук	16
3.	Коврик туристический ППЭ (180x60x12 мм)	штук	16
4.	Компас жидкостной	штук	16
5.	Приемник GPS для позиционирования на местности	штук	2
6.	Курвиметр	штук	4
7.	Палатка трёхместная	штук	6
8.	Тент групповой (4 х 4 м)	штук	2
9.	Топор	штук	4
10.	Пила	штук	2
11.	Котлы туристские с чехлом (объём от 5 до 8 л)	штук	6
12.	Тросик костровой с тремя подвесками (комплект)	штук	2
13.	Примус мультитопливный	штук	4
14.	Репшнур Ø 3мм	метр	50
15.	Рация УКВ (дальность до 5 км)	штук	4
16.	Термометр воздушный (от +50... до -50 °С)	штук	2
17.	Электромегафон	штук	1

18.	Рулетка, 10 м	штук	2
Продолжение Приложения №11			
19.	Рулетка, 50 м	штук	1
20.	Секундомер электронный	штук	2
21.	Перекладина гимнастическая	штук	1
22.	Мат гимнастический	штук	1
23.	Стенка гимнастическая	штук	2
24.	Скамейка гимнастическая	штук	2
25.	Палка гимнастическая	штук	16
26.	Мяч баскетбольный	штук	1
27.	Мяч волейбольный	штук	1
28.	Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг	комплект	1
29.	Мяч футбольный	штук	1
30.	Веревка вспомогательная - репшнур (50 м)	штук	4
31.	Веревка основная страховочная динамическая (50 м)	штук	4
32.	Веревка основная страховочная статическая (50 м)	штук	4
33.	Баул для транспортировки веревок	штук	4
34.	Зажим для подъема по веревке	штук	16
35.	Устройство для спуска по веревке	штук	16
36.	Карабины альпинистские	штук	32
37.	Страховочная система (ленточная)	штук	16
38.	Каска защитная (или шлем альпинистский)	штук	16
39.	Молоток скальный	штук	2
40.	Оттяжка с карабином альпинистским	штук	4
41.	Стропы, петли страховочные, веревки для навешивания страховочных веревок	комплект	2
42.	Карты топографические ближайшей местности герметизированные (масштаб от 1:10000 до 1:5000)	штук	16
43.	Верёвка с флажками для разметки трасс (по 50 м)	штук	4

## Продолжение Приложения №11

<b>Для дисциплины «маршрут-пешеходный (1-6 категория)»</b>			
1	Кошки альпинистские	штук	16
2	Крючья скальные	комплект	2
3	Крючья ледовые (ледобуры)	штук	16
4	Айсбайль	штук	2
5	Молоток скальный	штук	2
6	Закладки	комплект	2
7	Ледовый инструмент (айс фи-фи)	комплект	2
8	Ледоруб	штук	8
9	Трек для навесной переправы	штук	2
10	Петли страховочные	комплект	
11	Палки телескопические	комплект	16
<b>Для дисциплины «маршрут-лыжный (1-6 категория)»</b>			
1	Лыжи туристские с креплениями	штук	16
2	Лыжные палки	штук	16
3	Кошки альпинистские	штук	16
4	Айсбайль, крючья скальные, закладки	комплект	2
	Крючья скальные	комплект	2
5	Закладки	комплект	2
6	Крючья ледовые (ледобуры)	штук	48
7	Ледовый инструмент (айс фи-фи)	комплект	2
8	Ледоруб	штук	16
9	Трек для навесной переправы	штук	2
10	Петли страховочные	комплект	10
11	Палатка зимняя восьмиместная с тентом	штук	2
12	Печка для палатки туристская	штук	2
13	Лопата лавинная альпинистская	штук	8
14	Очки горнолыжные	штук	16
15	Маска ветрохолодозащитная	штук	16
16	Лавинная лента, длинна от 15 до 20 м	штук	16
17	Электронный датчик для поиска в лавине «БИПЕР»	штук	16
18	Лавинный зонд складной альпинистский	штук	16
19	Сетка костровая	штук	2
20	Маска ветрохолодозащитная	штук	16

21	Эспандер лыжника	штук	16
----	------------------	------	----

## Продолжение Приложения №11

<b>Для дисциплины «маршрут-горный (1-6 категория)»</b>			
1	Кошки альпинистские	штук	16
2	Айсбайль	штук	2
3	Крючья ледовые (ледобуры)	штук	48
4	Крючья скальные	комплект	4
5	Закладки	комплект	4
6	Ледовый инструмент (айс фи-фи)	комплект	2
7	Ледоруб	штук	16
8	Молоток скальный	штук	2
9	Карабины альпинистские	штук	32
10	Трек для навесной переправы	штук	4
11	Петли страховочные	комплект	10
12	Страховочное устройство (металлическое)	штук	4
13	Лопата лавинная альпинистская	штук	6
14	Очки солнцезащитные альпинистские	штук	16
15	Маска ветрохолодозащитная	штук	16
16	Лавинная лента, длина от 15 до 20 м	штук	16
17	Электронный датчик для поиска в лавине «БИПЕР»	штук	16
18	Лавинный зонд складной альпинистский	штук	16
<b>Для дисциплины «маршрут-водный (1-6 категория)»</b>			
1	Жилет спасательный	штук	16
2	Байдарка двухместная с фартуком	штук	
3	Катамаран двухместный	штук	8
4	Катамаран четырёхместный	штук	4
5	Каяк полиэтиленовый с юбкой	штук	16
6	РАФТ	штук	2
7	Весло для байдарки	штук	16
8	Весло для катамарана	штук	16
9	Весло для каяка	штук	16
10	Весло для РАФТа	штук	16
11	Гермомешок объемом от 100 до 120 л	штук	16
12	Гидрокостюм «мокрый»	штук	16
15	Конец спасательный Ø 8 мм, длина 25 м, плавающий	штук	6

## Продолжение Приложения №11

<b>Для дисциплины «маршрут-велосипедный (1-6 категория)»</b>			
1	Велосипед туристский	штук	16
2	Велорюкзак объемом от 100 до 120 л	штук	16
3	Задний красный сигнал и передняя фара	комплект	16
4	Тормозные колодки и тросики	комплект	16
5	Велосипедный шлем, защитный	штук	16
6	Очки велосипедные атравматические	штук	16
7	Ремонтная велосипедная аптечка	комплект	16
8	Запасная велосипедная камера	штук	30
9	Велосипедный насос	штук	16
<b>Для дисциплины «маршрут-автомото (1-6 категория)»</b>			
1	Лебедка	штук	2
2	Домкрат типа хай-джек	штук	4
3	Сенд-трак (для облегчения продвижения автомобиля по сыпучему грунту)	штук	6
4	Буксировочный трос (длиной 10 м)	штук	2
5	Шины повышенной проходимости	штук	16
<b>Для дисциплины «маршрут-конный (1-6 категория)»</b>			
1	Рюкзак конный	штук	15
2	Шлем защитный, для верховой езды	штук	15
3	Хлыст	штук	5
4	Краги	пар	15
5	Защитный жилет для верховой езды	штук	15
6	Бич	штук	3
7	Корда	штук	5
8	Переметная сумка	комплект	15
9	Набор коваля	комплект	15
10	Тренажер универсальный	комплект	1
11	Тренажер-симулятор для верховой езды	комплект	1
12	Средства для ухода за лошадью: щетка, скребница, суконка, крючок	комплект	10
<b>Для дисциплины «маршрут-спелео (1-6 категория)»</b>			
1	Крючья скальные	комплект	6

2	Закладки	комплект	6
3	Молоток скальный	штук	4
4	Карабины альпинистские	штук	32

## Продолжение Приложения №11

5	Фонари влагозащищенные, аккумуляторные	штук	10
6	Гидрокостюм «мокрый»	комплект	10
7	Акваланг	комплект	4

**Для дисциплин:** «дистанция - водная - каяк», «дистанция - комбинированная», «дистанция - лыжная», «дистанция - на средствах передвижения», «дистанция - парусная», «дистанция - пешеходная», «дистанция – спелео»; «дистанция - водная - байдарка», «дистанция - водная - катамаран 2», «дистанция - горная - связка», «дистанция - лыжная - связка», «дистанция - пешеходная - связка», «дистанция - спелео – связка»; «дистанция - водная - катамаран 4», «дистанция - водная - командная гонка», «дистанция - горная - группа», «дистанция - лыжная - группа», «дистанция - на средствах передвижения - группа», «дистанция - пешеходная - группа», «дистанция - спелео - группы»

1	Веревка Ø 10 мм (статика) для постановки этапов	метр	500
2	Карабин альпинистский с муфтой	штук	100
3	Веревка Ø от 6 мм (статика) для постановки этапов	метр	200
4	Система страховочная альпинистская	штук	16
5	Зажим для подъема по веревке	штук	16
6	Устройство для спуска по веревке	штук	16
7	Петли страховочные с карабином альпинистским	комплект	10
8	Трек для переправы	штук	4
9	Перчатки защитные для работы с веревкой	штук	48
10	Стропы, петли страховочные, веревки для навешивания страховочных веревок	комплект	4
11	Средства связи (рации УКВ, диапазон работы до 5 км)	штук	4
12	Секундомер электронный	штук	2
13	Электромегафон	штук	1
14	Рулетка, 10м	штук	2
15	Рулетка, 50м	штук	1
16	Лента оградительная для организации дистанции	метр	500
17	Перекладина навесная на гимнастическую стенку	штук	1
18	Мат гимнастический	штук	1

19	Стенка гимнастическая	штук	2
20	Скамейка гимнастическая	штук	2

## Продолжение Приложения №11

21	Палка гимнастическая	штук	16
22	Мяч баскетбольный	штук	1
23	Мяч волейбольный	штук	1
24	Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг	комплект	1
25	Мяч футбольный	штук	1
26	Электронная система спортивного хронометража	комплект	1
27	Верёвка с флажками для разметки трасс (по 50 м)	штук	8

**Для дисциплины «дистанция-пешеходная»**

1	Зацепы скалолазные с крепежными винтами	штук	30
2	Карты топографические ближайшей местности герметизированные (масштаб от 1:10000 до 1:5000)	штук	30
3	Компас жидкостной	штук	15
4	Карабин альпинистский, с муфтой	штук	50
5	Каска защитная альпинистская	штук	15
6	Айсбайль	штук	8
7	Крючья скальные	комплект	8
8	Закладки	комплект	8
9	Трек для навесной переправы	штук	4
10	Петли страховочные	комплект	10

**Для дисциплины «дистанция-горная»**

1	Оттяжки страховочные с карабинами	штук	15
2	Зацепы скалолазные с крепежными винтами	штук	30
3	Индивидуальная страховочная система	штук	15
4	Карабин альпинистский с муфтой	штук	50
5	Каска защитная альпинистская	штук	15
6	Кошки альпинистские	штук	15
7	Молоток скальный	штук	6
8	Ледобуры	штук	60
9	Айсбайль	штук	8
10	Крючья скальные	комплект	8
11	Закладки	комплект	8
12	Ледоруб	штук	15

13	Петли страховочные	штук	10
14	Зажим для подъема по веревке	штук	15
15	Устройство для спуска по веревке	штук	15
16	Трек для переправы	штук	4

## Продолжение Приложения №11

17	Оттяжки	штук	10
<b>Для дисциплины «дистанция-лыжная»</b>			
1	Лыжи туристские с лыжными палками и креплениями	комплект	15
2	Компас жидкостной	штук	15
3	Стол для обработки лыж	штук	2
4	Индивидуальная страховочная система	штук	15
5	Карабин альпинистский с муфтой	штук	50
6	Каска защитная альпинистская	штук	15
7	Кошки альпинистские	штук	15
8	Молоток скальный	штук	6
9	Ледовый инструмент (айс фи-фи)	штук	6
10	Ледобуры	штук	60
11	Айсбайль	штук	8
12	Крючья скальные	комплект	8
13	Закладки	комплект	8
14	Ледоруб	штук	15
15	Лопата лавинная альпинистская	штук	6
16	Лавинный зонд складной альпинистский	штук	15
17	Петли страховочные	штук	10
21	Зажим для подъема по веревке	штук	15
22	Устройство для спуска по веревке	штук	15
23	Трек для переправы	штук	4
24	Оттяжки	штук	10
25	Электронный датчик для поиска в лавине «БИПЕР»	штук	15
<b>Для дисциплины «дистанция-водная» и «дистанция-парусная»</b>			
1	Каяк	штук	10
2	Байдарка, количество посадочных мест от 1 до 2	штук	7
3	Катамаран, количество посадочных мест от 2 до 4	штук	4
4	Парусное судно количество посадочных мест 2 до 8	штук	3
5	Буй	штук	5
6	Якоря на буй	штук	5

7	Весло	штук	15
8	Шлем защитный	штук	15
9	Жилет спасательный	штук	15
10	Шкоты	метр	500

## Продолжение Приложения №11

11	Гидрокостюм «мокрый»	штук	15
<b>Для дисциплины «дистанция-спелео»</b>			
1	Индивидуальная страховочная система	штук	15
2	Каска защитная, альпинистская	штук	15
3	Фонари влагозащищенные, аккумуляторные	штук	15
4	Крючья скальные, закладки	комплект	10
5	Гидрокостюм «мокрый»	комплект	15
6	Акваланг	комплект	10
7	Скальный инструмент: айсбайль, крючья скальные, закладки	комплект	6
8	Петли страховочные	штук	10
9	Зажим для подъема по веревке	штук	15
10	Устройство для спуска по веревке	штук	15
11	Оттяжки	штук	10
<b>Для дисциплины «дистанция-на средствах передвижения»</b>			
1	Велосипед туристский	штук	15
2	Велорюкзак объемом от 100 до 120 л	штук	15
3	Задний красный сигнал и передняя фара	комплект	15
4	Тормозные колодки и тросики	комплект	15
5	Камера для велосипеда	штук	15
6	Веревка Ø от 9 до 10 мм (статика)	метр	100
7	Карабин альпинистский с муфтой	штук	10
8	Велосипедный шлем, защитный	штук	15
9	Очки велосипедные атравматические	штук	15
10	Ремонтная велоаптечка, две запасные камеры, насос	комплект	15

Приложение № 12  
к федеральному стандарту  
спортивной подготовки по виду спорта  
спортивный туризм

<b>Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование</b>											
№ п/п	Наименование спортивной экипировки индивидуального пользования	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1.	Костюм тренировочный спортивный	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
2.	Костюм ветрозащитный спортивный	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
3.	Костюм тренировочный спортивный утеплённый	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
4.	Шапочка спортивная	штук	на занимающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
5.	Футболка	штук	на занимающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
6.	Термобелье	пар	на занимающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
7.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
8.	Перчатки (рукавицы) защитные	пар	на занимающегося	-	-	4	1/4	4	1/4	4	1/4