

УСЛОВИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

1. СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ОСНОВ ТУРИЗМА И КРАЕВЕДЕНИЯ

Соревнования командные. Проводятся в рамках вида соревновательной программы «Лыжный маршрут». При подведении итогов общекомандного зачета данный вид соревновательной программы оценивается с коэффициентом 0,5.

Вид дистанции – заданное направление. Контрольный пункт (далее КП) оборудован стойкой с вопросом по туристской тематике, стандартной призмой и тремя компостерами с вариантами ответов «А», «Б», «В».

Команда в полном составе передвигается по заданному маршруту. На КП команда, прочитав вопрос, делают отметку в карточке компостером с соответствующей буквой ответа.

За каждый правильный ответ команда получает 5 баллов, при равенстве результатов учитывается время прохождения дистанции.

2. ЛЫЖНЫЙ МАРШРУТ - ЛМ

В соревнованиях по ЛМ принимают участие команды в составе 4-х участников (не менее 1 девушки).

Дистанция ЛМ представляет собой маршрут в заданном направлении с обязательным прохождением этапов. Команды проходят маршрут согласно последовательности этапов в зачётно-маршрутной книжке (ЗМК).

На старте команде выдаётся ЗМК, в которой указаны последовательность прохождения этапов, общее контрольное время (ОКВ) дистанции, контрольное время (КВ) этапов. При отсутствии любого предмета обязательного снаряжения (по списку) или незнании границ полигона и действий в аварийной ситуации команда не выпускается до полного выполнения вышеуказанных требований. Старт при этом не откладывается.

Если команда не уложилась в контрольное время этапа, то за каждого участника не прошедшего этап, начисляется штраф плюс штраф за оставленное снаряжение.

Финиш команды на дистанции ЛМ - по последнему участнику. Результат команды определяется суммой баллов всех этапов. Команды, не прошедшие, а также пропустившие один или несколько этапов, занимают места после команд прошедших все этапы ЛМ.

Общее время прохождения дистанции оценивается дополнительными баллами (для команд с полным зачётом): 15 баллов - лучшее беговое время дистанции, 5 баллов – проигрыш 10% от лучшего бегового времени, 3 балла – проигрыш 20%.

ПЕРЕЧЕНЬ ВОЗМОЖНЫХ ЭТАПОВ

1. Преодоление отдельных поваленных деревьев

Оборудование этапа: Маркированная лыжня пересекает лежащие стволы деревьев, выступающие над поверхностью снега не менее чем на 20 см.

Возможные ошибки: преодоление препятствия наездом носками лыж на бревно, наезд лыжами на лыжи участника, падение.

2. Подъём по склону по перилам спортивным способом

Оборудование этапа: Судейские перила. Участник поднимается на лыжах, держась за судейскую веревку

Возможные ошибки: неправильное выполнение технического приема, падение.

3. Спуск по склону по перилам спортивным способом

Оборудование этапа: Судейские перила. Участник спускается на лыжах, держась за судейскую веревку

Возможные ошибки: неправильное выполнение технического приема, падение.

4. Спуск с поворотами (слаломная трасса)

Оборудование этапа: Склон крутизной 15-35° и длиной до 100 метров, на котором проложена лыжня с 3-5 поворотами. Места поворотов обозначены флажками на древках высотой 150-170см. Ширина ворот 3-4 м.

Возможные ошибки: пропуск ворот, падение, сбитый флажок.

5. Спуск с торможением

Оборудование этапа: Склон крутизной 15-35 ° в конце, которого обозначена зона торможения. Торможение осуществляется любым способом, обеспечивающим безопасность.

Возможные ошибки: падение, пересечение линии окончания торможения.

6. Преодоление завала

Оборудование этапа: Для оборудования этапа используется естественный лесной завал. Протяженность этапа до 30 метров. Участок, выбранный для движения, справа и слева ограничен волчатником. В его пределах участники самостоятельно выбирают путь и способы преодоления препятствия.

Возможные ошибки: выход за разметку, наезд лыжами на лыжи участника, падение.

8. Скоростной спуск

Оборудование этапа: Прямая маркированная лыжня на склоне 15-35°, длиной до 100м со спокойным выкатом.

Возможные ошибки: падение, сход с маркированной лыжни.

9. Траверс склона

Оборудование этапа: Подъем и спуск по маркированной лыжне, проложенной по склону крутизной 15-35° и длиной до 100м.

Возможные ошибки: падение, при спуске неправильное использование лыжных палок для торможения и самостраховки, наезд лыжами на лыжи участника.

10. Подъём «лесенкой» и «ёлочкой»

Подъём по маркированной лыжне, проложенной по склону крутизной 15-35° и длиной до 100м.

Возможные ошибки: падение, нахождение друг под другом, выход за маркировку.

11. Транспортировка пострадавшего на волокушах

Оборудование этапа: судейские волокуши, петли для самостраховки, спальник. Транспортировка осуществляется по пересеченной местности. Длина этапа 150 м.

Возможные ошибки: неправильное положение пострадавшего, помощь пострадавшего, грубое обращение с пострадавшим.

12. Поиск пострадавшего в лавине

На обозначенном участке 20х 20 метров закопан мешок (имитация пострадавшего). Задача команды с помощью щупов за КВ найти пострадавшего.

Возможные ошибки: не выставлен наблюдатель, не найден пострадавший.

13. Преодоление скоростного участка

Команде необходимо за определенное КВ преодолеть участок пересеченной местности протяженностью до 500 метров.

Возможные ошибки: превышение КВ, штраф за каждую полную минуту.

14. Спуск по склону с подбором предметов

Оборудование этапа: Склон крутизной 15-35 ° на протяжении, которого разложены предметы. Задача участника спуститься любым способом (на лыжах) и подобрать 1 из предметов. Команде необходимо подобрать 4 предмета.

Возможные ошибки: штраф за каждый неподобранный предмет, падение.

15. Поляна заданий.

Сигналы бедствия. Необходимо с помощью лыж и лыжных палок выложить в квадрате 2х2 знак международной кодовой таблицы сигналов бедствия.

16. Тропление лыжни.

Оборудование этапа. Участок местности со снежной целиной. Команде, необходимо меняя тропящего, проложить командную лыжню. Места смены тропящего отмечены флажком.

Возможные ошибки: тропящий с рюкзаком, пропуск места смены тропящего.

17. Ориентирование по выбору, по маркированной трассе, в заданном направлении.

СПИСОК МИНИМАЛЬНОГО ОБЯЗАТЕЛЬНОГО СНАРЯЖЕНИЯ ДЛЯ УЧАСТИЯ В СОРЕВНОВАНИЯХ.

ЛИЧНОЕ СНАРЯЖЕНИЕ: спортивная форма для зимних условий, лыжи, зимняя обувь, головной убор, тёплые рукавицы, 4 булавки.

КОМАНДНОЕ СНАРЯЖЕНИЕ: Часы – 1 шт., компас – 1 шт., пакет для маршрутных документов, карандаш, ручка, заряженный сотовый телефон.