



601 100 100
NUMER RATUNKOWY NAD WODĄ

plus 

**REGULAMIN
I ZAWODÓW RATOWNIKÓW
WODNYCH I GÓRSKICH
Sopot 2015**



601 100 300
NUMER RATUNKOWY W GÓRACH

plus 

I. PRZEPISY OGÓLNE

1. DRUŻYNY I ZAWODNICY

- 1.1. Uprawnionymi do wzięcia udziału w I Zawodach Ratowników Wodnych i Górskich są 2-osobowe zespoły ratowników.
- 1.2. Każdy zawodnik poprzez zgłoszenie do zawodów oświadcza tym samym, że bierze w nich udział na własne ryzyko i odpowiedzialność. Organizator zapewnia ubezpieczenie zawodów w zakresie NNW.
- 1.3. Każdy zawodnik musi mieć skończone 18 lat w dniu rozpoczęcia Zawodów.
- 1.4. Zawodnicy rozgrywają konkurencje na sprzęcie dostarczonym przez organizatora.
- 1.5. Każdy z zawodników musi mieć założony czepek (w konkurencjach wodnych) oraz numer startowy na obydwu ramionach, przed startem w każdej konkurencji.
- 1.6. Każdy uczestnik biorący udział w zawodach, wyraża zgodę na używanie w mediach własnego wizerunku oraz oświadcza, że zapoznał się z regulaminem zawodów i nie wnosi żadnych zastrzeżeń.
- 1.7. Udział w zawodach jest bezpłatny. Organizator zapewnia zakwaterowanie uczestników w dniach 10-12 lipca 2015 roku.

2. ZASADY ROZGRYWANIA KONKURENCJI

- 2.1. Każdy zawodnik startuje we wszystkich konkurencjach. Zawodnik, który nie ukończy konkurencji nie otrzymuje żadnych punktów dla zespołu.
- 2.2. Konkurencje rozgrywane są seriami na czas i decyduje kolejność zajętych miejsc.
- 2.3. W Zawodach prowadzona będzie klasyfikacja drużynowa.
- 2.4. Punkty przeliczane będą wg ustalonych zasad.
- 2.5. W klasyfikacji generalnej, przy równej ilości punktów zdobytych przez dwie lub więcej drużyn - o kolejności zdobytych miejsc decyduje większa ilość miejsc pierwszych, drugich itd.
- 2.6. Zawodnicy mogą być niedopuszczeni do startu w danej konkurencji jeśli nie stawiają się w miejscu jej rozgrywania w wyznaczonym czasie.
- 2.7. O wszelkich nieprawidłowościach w czasie startu decydują sędziowie. Dopuszcza się możliwość powtórzenia startu spowodowanego przyczynami technicznymi. Każdy zawodnik, który spowoduje falstart zostanie zdyskwalifikowany po zakończeniu wyścigu.
- 2.8. Finisz orzekany w momencie, kiedy zawodnik przekroczy linię mety klatką piersiową, chyba że z opisu konkurencji wynika inaczej.

- 2.9. Przed rozpoczęciem konkurencji zostaną wyznaczone limity, w których zawodnicy muszą się zmieścić, aby ukończyć konkurencje. Przekroczenie limitu wyklucza zespół z danej konkurencji.
- 2.10. Każde naruszenie przepisów dotyczących przebiegu konkurencji w sposób świadomy spowoduje dyskwalifikację zespołu.
- 2.11. Jeżeli zespół nieprawidłowo wykona któryś z elementów danej konkurencji, lecz w trakcie wyścigu powróci do miejsca, w którym popełnił błąd i będzie kontynuować go zgodnie z przepisami, może ukończyć konkurencję bez dyskwalifikacji.
- 2.12. Dyskwalifikacje ponadto mogą zostać ogłoszone gdy zespół:
- a) nie przestrzega zasad fair play;
 - b) używa wulgaryzmów;
 - c) niekulturalnie lub agresywnie zachowuje się w stosunku do sędziów, organizatorów oraz innych uczestników Zawodów;
 - d) wchodzi na arenę zawodów na obszarze trwającej konkurencji, w której nie bierze udziału;
 - e) korzysta z pomocy innych osób podczas rozgrywania danych konkurencji;
 - f) przeszkadza celowo innym zawodnikom lub zespołom w wykonaniu konkurencji;
 - g) jest nieobecny w momencie oficjalnego otwarcia i zamknięcia Zawodów.
- 2.13. Zawodnik może być poddany kontroli antydopingowej. Odmowa lub wynik pozytywny powoduje dyskwalifikację z Zawodów zawodnika.
- 2.14. Organizator może dokonać wykluczenia z zawodów całego zespołu lub poszczególnych zawodników. Decyzja Organizatora jest ostateczna, a wykluczonemu zawodnikowi nie przysługuje prawo do protestu lub odwołania. Decyzja w tym zakresie może być podana w dowolnej formie.

3. PROTESTY I ODWOŁANIA

- 3.1. Protesty i odwołania od decyzji sędziów mogą być składane Sędziemu Głównemu.
- 3.2. Protesty dotyczące warunków rozgrywania konkurencji (np. ułożenia torów) można składać do 5 minut przed rozpoczęciem każdej konkurencji.
- 3.3. Inne niż wymienione w punkcie 3.2 protesty oraz odwołania od decyzji sędziów muszą być składane w formie pisemnej w ciągu 30 minut od publikacji wyników oprotestowanej konkurencji lub oprotestowanego wyniku. Oficjalne ogłoszenie wyników powinno być wstrzymane do momentu rozpatrzenia wszystkich protestów lub odwołań.
- 3.4. Protesty będą rozpatrywane w trybie natychmiastowym, po wpłaceniu wadium w wysokości 100,- PLN. Wadium podlega zwrotowi w przypadku uznania protestu.

- 3.5. Wszystkie protesty i odwołania od decyzji sędziów zostaną rozpatrzone i mogą być, stosownie do okoliczności, odrzucone (braki formalne), oddalone (bezzasadne) lub uznane (zasadne).
- 3.6. Wynik protestu i odwołania od decyzji sędziów powinien być oficjalnie ogłoszony i zamieszczony w komunikacie końcowym.
- 3.7. Jeżeli zawodnicy biorący udział w konkurencjach uznają, że warunki atmosferyczne mogą mieć wpływ na przebieg konkurencji nie przysługuje im protest lub odwołanie dotyczące incydentu spowodowanego warunkami atmosferycznymi, a Sędziowie mają wyłączną kompetencję do orzekania czy incydent został spowodowany szczególnymi warunkami atmosferycznymi czy nie.
- 3.8. Sędzia Główny może odwołać rozgrywanie Zawodów lub przesunąć termin rozgrywania konkurencji, a w przypadku, gdy konkurencja zostanie odwołana, w momencie, gdy część zawodników już wzięła w niej udział, wyniki zostaną anulowane.
- 3.9. Sędzia Główny może zmienić miejsce rozgrywania konkurencji lub zasady dotyczące poszczególnych konkurencji (np. skrócić dystanse), jeżeli uzna to za stosowne, ale zmiana taka może mieć tylko miejsce przed rozpoczęciem konkurencji i musi być ogłoszona wszystkim startującym zawodnikom.
- 3.10. Sędzia Główny może dokonać zmian w kolejności rozgrywania poszczególnych konkurencji, lub je odwołać z przyczyn technicznych jeżeli takie nastąpią.
- 3.11. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian regulaminowych i organizacyjnych.

II. KONKURENCJE

ARENA ZAWODÓW:

1. Różnokolorowe boje rozmieszczone w linii prostej równoległej do linii brzegowej, w równej odległości od siebie wynoszącej minimum 10m. Odległość boi do linii brzegowej wynosi 80m.
2. Plac na plaży przy linii brzegowej do rozgrywania konkurencji, o wymiarach min. 50m wzdłuż linii brzegowej i 25m po szerokości plaży.

Konkurencja nr 1

BIEG-PŁYWANIE- BIEG (sztafeta)

Opis konkurencji:

1. W konkurencji biorą udział wszystkie zespoły.

2. Na sygnał startera pierwszy zawodnik z zespołu biegnie dystans 100m, równoległe do brzegu morza, do punktu nawrotu, obiega go swoim prawym ramieniem, zgodnie z ruchem wskazówek zegara i biegnie z powrotem do linii startu, kolejne 100m. Następnie przebiega linię startu, klepie w ramię drugiego zawodnika z zespołu, który wbiega do wody i opływa prawym ramieniem wszystkie kolorowe boje, a następnie płynie w kierunku brzegu. Po wyjściu na brzeg, zawodnik omija wyznaczony słupek i biegnie wzdłuż plaży do linii startu gdzie klepie w ramię pierwszego zawodnika z zespołu, który następnie biegnie 200m do mety po wyznaczonym torze, gdzie kończy bieg.
3. Linia mety usytuowana jest w świetle bramki start/meta w specjalnym leju o szerokości 1m. Każdy z zawodników kończy wyścig po przebiegnięciu przez bramkę start/meta i wbiegnięciu do leja w pozycji opisanej w pkt. 2.8.

Konkurencja nr 2

WYŚCIG Z PASEM RATUNKOWYM (zespołowa)

Opis konkurencji:

1. W konkurencji biorą udział wszystkie zespoły.
2. Jednocześnie może startować maksymalnie cztery zespoły z czterech wyznaczonych stanowisk startu.
3. Wyścig odbywa się na dystansie około 160m po wyznaczonym torze, seriami na czas.
4. Stanowiska startu znajdują się naprzeciw poszczególnych boi. Meta dla wszystkich zespołów znajduje się na linii łączącej pierwsze i ostatnie stanowisko startowe i jest oznaczona za pomocą tyczek z chorągiewkami.
5. Przed startem pasy ratunkowe zostają umieszczone 5m od linii startu/mety poszczególnego stanowiska.
6. Na sygnał startowy, pierwszy zawodnik „pozorant” płynie do odpowiedniej boi, następnie po dotarciu do boi chwyta ją i podnosi rękę dając w ten sposób znak zawodnikowi do rozpoczęcia zmiany. Pozorant ustawia się za boją od strony morza. Pozorant musi mieć stały fizyczny kontakt z boją do chwili dopłynięcia do niego ratownika z pasem ratunkowym (minięcia przez ratownika z pasem, lini boji).
7. Ratownik, który będzie płynął z pasem, ustawia się na linii startu/mety. Na sygnał „pozoranta”, ratownik cofa się po pas ratunkowy i płetwy, po czym biegnie do wody i płynie w jego kierunku. Ratownik opływa odpowiednią boję, swoim prawym ramieniem zgodnie z ruchem wskazówek zegara i podaje pozorantowi pas ratunkowy. Następnie pozorant jest holowany do brzegu. Podczas holowania, pozorant i ratownik muszą mieć

stały kontakt z pasem ratunkowym. Wyścig zostaje zakończony w momencie przekroczenia klatką piersiową pierwszego zawodnika linii mety. Obaj zawodnicy muszą mieć stały kontakt z pasem ratunkowym w momencie przekraczania linii.

8. Podczas pływania ratownik z pasem musi mieć nałożony pas z całkowicie rozwiniętą liną. Pozorant może pomagać ratownikowi poprzez wykonywanie ruchów nogami i rękami.

Konkurencja nr 3

WYŚCIG RATUNKOWY Z DESKĄ (zespołowa)

Opis konkurencji:

1. W konkurencji biorą udział wszystkie zespoły.
2. Jednocześnie może startować maksymalnie cztery zespoły z czterech wyznaczonych stanowisk startu.
3. Wyścig odbywa się na dystansie około 160m po wyznaczonym torze, seriami na czas.
4. Stanowiska startu znajdują się naprzeciw poszczególnych boi. Meta dla wszystkich zespołów znajduje się na linii łączącej pierwsze i ostatnie stanowisko startowe i jest oznaczona za pomocą tyczek z chorągiewkami.
5. Ratownik z deską i „pozorant” ustawiają się na stanowisku startu. Na sygnał startera „pozorant” biegnie z linii startu w kierunku morza i płynie do odpowiedniej boi. „Pozorant” po dopłynięciu do boi chwyta ją i podnosi rękę dając w ten sposób znak zawodnikowi na brzegu do rozpoczęcia zmiany. Pozorant ustawia się za boją od strony morza. Pozorant musi mieć stały fizyczny kontakt z boją od momentu dopłynięcia do niej, aż do chwili podjęcia go na deskę przez ratownika (minięcia przez ratownika z deską linii boi). Ratownik na desce płynie w kierunku boi, opływa ją swoim prawym ramieniem zgodnie z ruchem wskazówek zegara, podejmuje pozoranta i razem płyną do linii startu/mety. Obaj zawodnicy mogą używać zarówno nóg jak i ramion w trakcie powrotu do brzegu.
6. Ratownik przed startem może dotykać deski.
7. Pozorant może być umieszczony na desce zarówno z przodu jak i z tyłu.
8. Pozorant może pomagać ratownikowi w podejmowaniu na deskę.
9. W czasie wyścigu ratownicy mogą stracić kontakt z deską bez konsekwencji dyskwalifikacji, ale podczas przekraczania linii mety muszą mieć fizyczny kontakt z deską.
10. Wyścig zostaje zakończony w momencie przekroczenia klatką piersiową, przez pierwszego zawodnika linii mety. Wszyscy zawodnicy muszą przekroczyć linię mety razem z deską.

11. W przypadku awarii sprzętu podczas trwania wyścigu, zespołowi przysługuje prawo do powtórzenia wyścigu.

Konkurencja nr 4

FLAGI PLAŻOWE (zespołowa)

Opis konkurencji:

1. W konkurencji udział bierze dowolna ilość zawodników z każdego zespołu.
2. Konkurencja rozgrywana będzie na boisku o wymiarach 20m x 10m w obrębie placu wyznaczonego na plaży do rozgrywania konkurencji.
3. Zawodnicy startują z pozycji leżenia przodem z rękoma złożonymi pod podbródkiem. W pozycji startowej kolana muszą pozostawać wyprostowane i pięty zawodników muszą być złączone razem, wszystkie części ciała leżą płasko na ziemi. Zabrania się podsypywania pisaku pod podbródek lub jakąkolwiek inną część ciała. Palce nóg znajdują się na linii startu. Zawodnicy leżą tyłem do kierunku biegu.
4. Na sygnał startera zawodnicy przyjmują pozycję opisaną powyżej z uniesioną głową. Na sygnał „głowy w dół” lub „na miejsca” kładą brody na swoich rękach. Na sygnał startu zawodnicy podnoszą się i biegną by chwycić flagę. Flagi znajdują się 20 m od linii startu.
5. Zawodnicy, którzy zdobędą flagę awansują do następnej rundy. W każdej następnej rundzie liczba flag i zawodników zmniejsza się, aż do momentu, gdy pozostaje 1 flaga i 2 zawodników. Zwycięzcą pozostaje ten, kto zdobędzie ostatnią flagę.
6. Przed każdą serią zawodnicy losują numery torów.
7. W przypadku, gdy dwóch lub więcej zawodników chwyci jednocześnie tę samą flagę, to zwycięzcą jest ten zawodnik, który trzyma flagę najniżej.
8. Zawodnik zostanie zdyskwalifikowany, jeśli chwyci więcej niż jedną flagę.
9. W przypadku przedwczesnego startu przez któregoś z zawodników, bieg zostaje zatrzymany i powtórzony. W przypadku ponownego przedwczesnego startu bieg zostaje puszczony, a zawodnik który wykonał przedwczesny start w powtórzonym biegu zostaje wykluczony i nie przejdzie do następnej rundy. Zasada ta obowiązuje w każdej rundzie.
10. Decyzją sędziów może zostać powtórzony sporny wyścig.
11. Na wynik końcowy zespołu składa się wynik indywidualny każdego członka zespołu.

Konkurencja nr 5

JAZDA QUADEM PO TORZE (sztafeta)

Opis konkurencji:

1. W konkurencji biorą udział wszystkie zespoły.

2. Konkurencja rozegrana będzie na boisku o wymiarach ok. 50m x 25m w obrębie placu wyznaczonego na plaży do rozgrywania konkurencji, po wyznaczonym torze, seriami na czas.
3. Na sygnał startera pierwszy zawodnik z zespołu dobiega do quada, odpala silnik i jedzie po wyznaczonym torze. Po przekroczeniu linii startu/mety, wyłącza silnik, zsiada z quada i podbiega do drugiego zawodnika z zespołu trzymającego tyczkę. Następnie klepie go w ramię, a ten wykonuje te same czynności co pierwszy zawodnik.
4. Wyścig zostaje zakończony w momencie przekroczenia klatką piersiową, przez drugiego zawodnika linii mety.
5. W przypadku awarii sprzętu podczas trwania wyścigu, dzespołowi przysługuje prawo do powtórzenia wyścigu.
6. Za opuszczenie wyznaczonego toru wyścigu lub przewrócenie tyczki wyznaczającej tor, zespołowi doliczone zostaną karne sekundy. 5 sekund za każde wykroczenie.

Konkurencja nr 6

WEJŚCIE NA ŚCIANKĘ PNEUMATYCZNĄ (sztafeta)

Opis konkurencji:

1. W konkurencji biorą udział wszystkie zespoły.
2. Konkurencja rozgrywana będzie na pneumatycznej ścianie wspinaczkowej ustawionej na placu do rozgrywania konkurencji, seriami na czas.
3. Zawodnicy startują do konkurencji ubrani w uprząże wspinaczkowe i wpięci w linę asekuracyjną.
4. Na sygnał startera pierwszy zawodnik wspina się na szczyt gdzie musi dotknąć wyznaczony punkt. W tym momencie zatrzymywany jest czas, a zawodnik wraca na ziemię. Następnie drugi zawodnik z drużyny wpina linę asekuracyjną i na sygnał startu wspina się na szczyt do wyznaczonego punktu.
5. Wyścig zostaje zakończony w momencie dotknięcia wyznaczonego punktu przez drugiego zawodnika z zespołu.
6. Na wynik końcowy składa się suma czasów dwóch zawodników z zespołu.
7. W trakcie wspinaczki po ścianie pneumatycznej zawodnicy asekurują się nawzajem bądź robi to wskazana przez organizatora osoba.

Konkurencja nr 7

WYŚCIG Z NOSZAMI RATUNKOWYMI (zespołowa)

Opis konkurencji:

1. W konkurencji biorą udział wszystkie zespoły.
2. Konkurencja rozgrywana będzie na boisku o wymiarach 20m x 20m w obrębie placu wyznaczonego na plaży do rozgrywania konkurencji.
3. Na sygnał startera zawodnicy podejmują na nosze ratunkowe manekina i pokonują wyznaczony tyczkami tor.
4. Wyścig zostaje zakończony w momencie przekroczenia klatką piersiową, przez pierwszego zawodnika linii mety. Wszyscy zawodnicy muszą przekroczyć linię mety razem z noszami i manekinem.
5. Za ukończenie wyścigu bez manekina lub bez noszy, zespół zostanie zdyskwalifikowany.
6. Za nieprawidłowe pokonanie wyznaczonego toru wyścigu, zespół zostanie zdyskwalifikowany.
7. W przypadku awarii sprzętu podczas trwania wyścigu, zespołowi przysługuje prawo do powtórzenia wyścigu.
8. Organizator dopuszcza możliwość startu dwóch zespołów z dwóch wyznaczonych stanowisk i po dwóch torach w tym samym czasie.

Konkurencja nr 8

AKCJA Z DETEKTOREM LAWINOWYM (zespołowa)

Opis konkurencji:

1. W konkurencji biorą udział wszystkie zespoły.
2. Konkurencja rozgrywana będzie na boisku o wymiarach ok. 10m x 10m w obrębie placu wyznaczonego na plaży do rozgrywania konkurencji.
3. Na sygnał startera zawodnicy z zespołu, wyposażeni w detektory lawinowe, wbiegają na plac rozgrywania konkurencji gdzie mają za zadanie odnaleźć 4 ukryte odbiorniki.
4. Konkurencja kończy się w chwili odnalezienia wszystkich odbiorników (poprzez uniesienie ręki) lub po przekroczeniu limitu czasowego wynoszącego 5 minut.

5. W przypadku awarii sprzętu podczas trwania wyścigu, zespołowi przysługuje prawo do powtórzenia wyścigu.

III SPRZĘT DO ZAWODOW

1. Deska ratownicza Wetiz
2. Pas ratunkowy ILS
3. Detektor lawinowy
4. Górskie nosze ratunkowe
5. Ścianka pneumatyczna
6. Quad ratowniczy
7. Manekin ratowniczy ILS
8. Płetwy