

## Условия межрайонных открытых командных соревнований по фрироупу

19 ноября 2017 года, ул. Бирюлёвская 7а

**ВНИМАНИЕ!** В соответствии с Положением о соревнованиях, размещённым на сайте <http://sch902.mskobr.ru>, обязательна предварительная регистрация команд по тел. 89107086835 для назначения времени старта!

Командная гонка «фрироуп-марафон» проводится по Правилам фрироупа (см. на сайте [freerope.org](http://freerope.org)). Цель каждого участника - дойти от старта до финиша, не коснувшись контрольной поверхности никакой частью тела. Контрольные поверхности - это поверхность земли и поверхности, обозначенные ограждающей лентой. О контрольных поверхностях инструктор информирует команду в ходе показа дистанции. Перед стартом участники могут подготовить себе дистанцию, не нарушая её конфигурации (не перевязывая узлы, не перестёгивая карабины).

Возрастные группы и дистанции:

Возрастная группа			Дистанция (класс)
группа	возраст (лет)	год рождения	
Г	8-9	2009-2008	любительский
В	10-11	2007-2006	любительский
Б	12-14	2005-2003	спортивный
А	15-18	2002-1999	спортивный

Состав для участия - 4 человека, из них не менее 1 девушки. (таким образом, возможные составы: 3м+1д, 2м+2д, 1м+3д, 4д; строго по согласованию с главным судьёй соревнований возможно участие других составов вне зачёта). Количество составов от команды не ограничено. Участник может выступить только в одном составе.

Старт одновременный всех участников состава, время на работу на дистанции - 3-5 минут (время будет объявлено на показе дистанции). Старт осуществляется строго касанием рукой баннера «старт», финиш - касанием любой частью тела баннера «финиш». Разрешено взаимодействие участников, находящихся на дистанции.

Дошедший до финиша участник имеет право вернуться по земле (по беговому коридору, обозначенному ограждающей лентой) на старт и проходить дистанцию ещё неоднократно, пока не закончится время

попытки. Фиксируется количество полных прохождений («финиш участника - 1 балл»). Результат состава в попытке - сумма набранных баллов.

В случае срыва участник также имеет возможность вернуться на старт по беговому коридору и попробовать тот же или другой вариант прохождения. Участник, сорвавшийся с дистанции, не может никаким образом прикасаться к дистанции (подавать веревки, перегонять движущиеся элементы и так далее), пока вновь не стартует. В случае касания участником, находящимся на дистанции, сорвавшегося участника первому также засчитывается срыв.

Каждый состав имеет право на две попытки, в зачёт - результат лучшей. Побеждает состав, набравший наибольшее количество баллов в лучшей попытке. При равенстве баллов в лучших попытках учитывается результат другой попытки.

Участникам будет предоставлена тренировочная зона, содержащая наиболее технически сложные элементы соревновательной дистанции. Команда допускается к тренировкам на тренировочной дистанции строго в присутствии руководителя при наличии у руководителя общего списка участников с отметкой главного судьи либо главного секретаря соревнований.

Форма одежды участника: спортивная обувь без шипов; одежда, закрывающая локти и колени. Обязательна каска (собственная либо предоставленная судьями). Перчатки рекомендованы, не предоставляются.

Для участия в соревнованиях необходимо подать заявку на сайте ГБОУ Школа №902 «Диалог» <http://sch902.mskobr.ru>.

Главный судья соревнований - старший судья-инструктор по фрироупу Коняхина Наталья Николаевна, 89109119620.

## Памятка по безопасности во время проведения соревнований по фрироупу

К участникам соревнований предъявляются следующие требования:

- участники должны иметь одежду, закрывающую суставы рук и ног, и спортивную обувь;
- участники должны пройти инструктаж по технике безопасности и расписаться в листе инструктажа.

Участники соревнований обязаны:

- выполнять все распоряжения судьи на дистанции;
- своевременно информировать руководителя или судью об ухудшении состояния здоровья.

Участники не имеют права:

- начинать преодоление дистанции без команды судьи;
- отвлекать судей вопросами во время прохождения дистанций другими участниками.

Участникам соревнований, сопровождающим их лицам и зрителям строго запрещается:

- курить на территории проведения соревнований
- использовать ненормативную лексику
- создавать ситуации, мешающие проведению соревнований и тренировочному процессу

## Рекомендации по безопасности при прохождении дистанций

Пожалуйста, отработайте в тренировочной зоне и соблюдайте при прохождении дистанций следующие действия:

- старайтесь двигаться по нижней веревке и слеклайну скользящими шагами, не отрывая ног;
- если чувствуете, что падаете, старайтесь как можно дольше не отрывать от веревки рук!
- при прохождении элементов, которые вы самостоятельно притягиваете к себе за специальную веревочку (маятники, ролики и т.д.), следите за тем, чтобы веревочка не попадала между ног);
- воздержитесь от прыжков - это приводит к срывам и небезопасно для вас;
- никогда не накручивайте веревку на руку;
- хотя это не обязательно, мы рекомендуем использовать перчатки;
- перед выходом на дистанцию убедитесь в том, что шнурки завязаны, веревочки и волосы не свисают, карманы и каска застёгнуты.

