

Условия межрайонных открытых командных соревнований по фрироупу

30 сентября 2018 года, ул. Бирюлёвская 7а

ВНИМАНИЕ! Обязательна предварительная регистрация команд:

- участников команды общим списком на сайте
- по тел. 89107086835 (Инна Михайловна) для назначения времени старта!

Данные соревнования открывают на базе Школы №902 «Диалог» сезон фрироупа 2018-2019 учебного года. Их цель - сделать фрироуп максимально доступным новичкам, сохранив интерес постоянных участников. Поэтому впервые на наших соревнованиях реализуется возможность выбора соревновательной дистанции!

Соревнования проводятся в следующих зачётах:

- командная гонка «фрироуп-эстафета» среди обучающихся образовательных учреждений, входящих в состав МРСД №31;
- командная гонка «фрироуп-эстафета» среди обучающихся образовательных учреждений г.Москвы.

Определение результата во всех зачётах проводится по лучшему времени в лучшей попытке.

Участникам будет предоставлена тренировочная зона, содержащая наиболее технически сложные элементы соревновательной дистанции. Команда допускается к тренировкам в тренировочной зоне строго в присутствии руководителя/заместителя и после прохождения инструктажа по технике безопасности.

Участникам также будет предоставлена возможность ознакомительной тренировки на соревновательной дистанции совместно с другими командами (не менее 3 минут, не более 3 команд на дистанции одновременно).

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

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.

Также, по согласованию с ГСК, допускается участие команд вне зачёта.

Соревновательные группы и дистанции

Дистанция	Группа	Характеристики дистанции
-----------	--------	--------------------------

	Год рождения участников	Рост участников	
SMALL	2010-2009	Не выше 130 см	Класс любительский; все элементы - для участников ростом не выше 130 см
	2008 и старше	Не выше 130 см	Класс любительский; все элементы - для участников ростом не выше 130 см
MEDIUM	2010-2009	Без ограничения	Класс любительский; не менее 50% элементов - для участников ростом не выше 130 см
	2008-2007	Без ограничения	Класс любительский; не менее 50% элементов - для участников ростом не выше 130 см
	2006-2004	Без ограничения	Класс любительский; не менее 50% элементов - для участников ростом не выше 130 см
	2003-2001	Без ограничения	Класс любительский; не менее 50% элементов - для участников ростом не выше 130 см
LARGE	2004 и младше	Без ограничения	Класс спортивный; не менее 50% элементов - для участников <u>ростом выше 130 см</u>
	2003-2001	Без ограничения	Класс спортивный; не менее 50% элементов - для участников <u>ростом выше 130 см</u>

На дистанции SMALL ограничение роста обязательно, на остальных - рекомендовано. Для оценки соответствия участника ограничению роста на мандатной комиссии и в зоне старта дистанции SMALL будут размещены судейские мерки.

Соответствие элементов росту участников означает, что данные элементы оптимизированы для прохождения участниками соответствующего роста. Так, элементы «зубы дракона» и «параллели», оптимизированные для участника ростом до 130 см (расстояние между верхней и нижней верёвками 120-130 см), становятся тем сложнее для прохождения, чем выше рост участника. Элемент «широкие рельсы», рассчитанный на рост выше 130 см (расстояние между веревками 110-120 см), становится крайне сложным для участника ростом ниже 130 см.

Команда имеет право, прибыв заранее на место соревнований и просмотрев дистанции, перезаявиться на другую дистанцию. После начала тренировки команды на дистанции перезаявка не допускается.

Порядок участия:

- прибыть не менее чем за 45 минут до назначенного времени старта;
- пройти инструктаж и мандатную комиссию, подать именные заявки по составам команд. На каждый командный состав (4 человека) нужно получить протокол для командной гонки;
- организовать тренировки участников в тренировочной зоне;
- обеспечить прибытие составов команд с соответствующими протоколами на старт своих дистанций ко времени старта командной гонки, пройти подготовку к старту (показ дистанции, ознакомительная тренировка, надевание касок);
- составам команд выполнить по две попытки в командной гонке (между попытками будет предоставлено не менее 1 минуты для отдыха).

Участникам будет предоставлено общее помещение для отдыха. Рекомендуем иметь с собой горячее питье и перекус.

Командная гонка «Фрироуп-эстафета»

Вид соревнований – «командная эстафета на время» – результат определяется по времени, затраченному всеми участниками команды на прохождение дистанции в специально оговоренном порядке.

Дистанция - линейная (один старт, один финиш), возможны ветвления.

Время старта команд определяется согласно предварительной заявке. Временной интервал между стартами определяется по степени освобождения дистанции, его определяет главный судья дистанции.

Предстартовый инструктаж включает в себя информирование судьёй участников команды о контрольных поверхностях (земля, снег, специально маркированная веревка и др.). Во время работы команды на дистанции судьи не информируют участников о контрольных поверхностях!

После прохождения предстартового инструктажа командам будет предоставлено время непосредственно на соревновательной дистанции для ознакомительной тренировки. Одновременно на дистанции во время ознакомительной тренировки может находиться не более 3 разных команд. Рекомендуем оптимально использовать это время для отработки командного взаимодействия на тех элементах дистанции, где команда считает это необходимым. Времени, достаточного для сквозного прохождения всеми участниками всей дистанции, предоставлено не будет!

Старт участников - от баннера «старт» (первый участник), а также с элементов, обозначенных судьями на показе дистанции (второй, третий, четвёртый участники). В момент старта первого участника (с земли) остальные неподвижно находятся на своих элементах. Старт первого участника осуществляется строго касанием рукой баннера «старт», финиш - касанием последним (в порядке финиша) участником любой частью тела баннера «финиш».

Эстафетное прохождение означает, что второй участник не начинает движение по дистанции (движением считается отрыв обеих рук от опоры), пока ему не передаст эстафету (касанием рукой любой части тела) первый участник, преодолевший часть дистанции от старта до места расположения второго участника. После касания оба участника продолжают движение к финишу. Допускаются одновременное нахождение на элементе, взаимопомощь, поддержка, обгон, движение по дистанции назад. Третий участник начинает движение только после передачи ему эстафеты лидирующим из двух участников, уже преодолевших часть дистанции со стороны старта; четвёртый - в том же порядке. Таким образом, одновременно дистанцию преодолевают от одного до четырёх участников.

Начало движения по дистанции (отрыв от опоры обеих рук) участника, не получившего эстафету, считается срывом.

Финиш в произвольной последовательности, результат (время прохождения дистанции) - по финишу последнего по ходу участника. После своего финиша (касания финишной опоры) участник покидает дистанцию и уже не может осуществлять участие в работе команды.

Распределение участников по дистанции перед стартом (первый - четвёртый) осуществляется командой на своё усмотрение и может отличаться в попытках.

Выбор пути прохождения (при наличии вариативности пути) и способов прохождения элементов на дистанции произвольный, по усмотрению участников, без касания контрольных поверхностей. Дополнительные условия прохождения конкретного элемента могут быть специально оговорены перед стартом.

В случае срыва участник покидает дистанцию. Участник, сорвавшийся с дистанции, не может никаким образом прикасаться к дистанции (подавать веревки, перегонять движущиеся элементы и так далее). В случае касания участником, находящимся на дистанции, сорвавшегося участника первому также засчитывается срыв. Результат команды, имеющей один срыв, располагается в итоговом протоколе ниже результатов всех команд, закончивших дистанцию в полном составе; два срыва - ещё ниже и т.д.

Каждый состав имеет право на две попытки. Побеждает состав команды, показавший лучшее время в лучшей попытке. В случае равенства результатов побеждает состав, показавший лучшее время в другой попытке.

Тренировочная зона

Тренировочная зона - специально обозначенная зона для организации массовых тренировок. Тренировочная зона содержит отдельные технически сложные элементы и их связки, не связанные в одну дистанцию. Элементы, расположенные в тренировочной зоне,

соответствуют по способам прохождения некоторым элементам соревновательных дистанций.

Посещение тренировочной зоны разрешается только в присутствии руководителя (представителя) команды. Организация тренировок в тренировочной зоне и страховки участников во время тренировок возлагаются на руководителей (представителей) команд.

Прохождение элементов осуществляется в порядке живой очереди. Участнику запрещается начинать прохождение элемента, если на нём находится участник другой команды! Категорически запрещается находиться в непосредственной близости от элемента и под ним во время преодоления его другим участником, а также нарушать конфигурацию элемента.

Инструктор, находящийся в зоне, информирует участников о контрольных поверхностях (специально маркированная веревка и др.) и осуществляет контроль за соблюдением ими инструкции по безопасности.

При нарушении участниками команды инструкции по технике безопасности команде выносится устное предупреждение, при повторном нарушении инструктор имеет право требовать от руководителя вывода команды из тренировочной зоны, а при невыполнении требований вправе обратиться к главному судье для снятия участника либо команды с соревнований.

Уважаемые участники соревнований и группы поддержки!

В связи с ограниченным пространством в помещениях для работы мандатной комиссии и отдыха участников просим вас оказывать содействие судейской бригаде в поддержании тишины и порядка на соревнованиях.

Также обращаем ваше внимание, что в соответствии с Положением главный судья соревнований имеет право, по представлению членов судейской бригады, снять участника либо команду с соревнований за нарушения морально-этических норм и неспортивное поведение, включая ненормативную лексику и невыполнение требований судей.

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 нескользящую 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

В сложных погодных условиях (дождь, обледенение, грязь, снег) рекомендуем не использовать кроссовки с пластиковой подошвой, не обеспечивающей достаточного сцепления с поверхностью деревянных элементов, веревок и слеклайнов!

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

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

