

Тема: Підготовка технічних етапів смуги перешкод, походу-кросу, рятувальних робіт і спеціальних завдань

Всі перешкоди (етапи) умовно поділяються на "водні" (через воду) і гірські (скельні). Можлива імітація перешкод.

1. Навісна переправа через річку:

Довжина і кут нахилу переправи не повинні перевищувати: для дистанції I-II класів – 30 м і 10 градусів, III-IV – 60 м і 20 градусів.

На дистанції I і II класів рекомендується переправу навішувати силами суддівської колегії.

2. Крутопохила переправа

Кут нахилу переправи повинен перевищувати 20 градусів. Довжина для I і II класів - до 30 м, для III-IV класів - до 60 м.

Учасники переправляються ногами вниз на верхній командній страховці через гальмівний пристрій. Перехід першого учасника бродом, дюльфером, вільним лазінням на командній страховці або будь-яким іншим правильним способом, що задається Умовами змагань. Для останнього учасника обов'язковою є супроводжуюча мотузка знизу.

3. Підйом скельною ділянкою або схилом

Етап, як правило, проводиться на дистанції II-IV класів. Довжина – до 60 м, середня крутизна – 45 градусів. Перший учасник піднімається вільним лазінням із командною страховкою, пропускаючи страховочну мотузку через карабіни, які навішуються ним у проміжних пунктах кріплення. Всі інші учасники піднімаються за допомогою поручневої мотузки з самостраховкою. Умовами змагань може передбачатися пункт зміни ведучого.

4. Спуск схилом (в т.ч. спортивним способом)

Спуск із самостраховкою "схоплюючим" вузлом або з командною страховкою. Положення спускової мотузки відносно учасника – довільне. При крутому або небезпечному спуску (каменепад, слизько тощо) допускається використання пристрою типу "шайба", "вісімка" тощо, допущені технічною комісією.

5. Переправа через річку за допомогою колоди

Довжина колоди - до 10 м. На дистанціях III і IV класів можна передбачити укладку колоди. Колода укладається будь-яким способом, наприклад, через вертикаль чи за допомогою триноги. Переправа першого учасника колодою здійснюється з обов'язковою командною страховкою однією мотузкою.

6. Переправа через яр за допомогою колоди

Переправа першого учасника здійснюється з обов'язковою командною страховкою через карабін (опору). Переправа інших учасників так само, як і за допомогою колоди через річку.

7. Переправа через річку вброд із використанням поручнів

Глибина річки не повинна перевищувати 1,2 м. Швидкість течії та ширина переправи не повинні бути більше: для дистанції I і II класів - 1 м/сек., 30 м, III класу - 2,0 м/сек., 30 м, IV класу - 3 м/сек., 50 м. На дистанціях III і IV класів рекомендується натягувати поручні силами команди. Перехід по поручнях - обличчям до течії, кріплення до поручнів – ”вусом” самостраховки.

8. Переправа на вірьовці з поручнями

Довжина переправи не повинна перевищувати: I і II класів - 15 м, III і IV класів - 30 м. Рекомендується організувати переправу силами суддівської колегії. Відстань між вірьовками – до 1,5 м.

9. Переправа на плавзасобах

Етап може бути самостійним або входити складовою частиною в етапи, пов'язані з переправою. Варіанти проходження етапу визначено в Умовах.

10. Транспортування ”потерпілого”

Транспортування ”потерпілого” може здійснюватися на виготовлених командою носилках, коконі, на вірьовці, рюкзаку або іншими способами. Виготовляються носилки з підготовлених суддівською бригадою двох продольних жердин довжиною до 2 м та 3 поперечних. Команда для виготовлення носилок використовує штормівки, полотно, вірьовки.

Крайні поперечини прив'язуються до жердин зверху, а середня - знизу, вузли для зв'язування повинні бути жорсткі і мати не менше 3 обертів навкруг кожної жердини, якщо використовується допоміжна мотузка, і два оберти для основної мотузки.

Якщо ложе носилок з мотузок, то розмір ячіжок повинен бути 10-15 см, а кріплення мотузок до жердин – за допомогою ”стремені” або напівсхоплюючого вузла. Носилки мають бути жорсткі, тобто не повинні складатися.

Довжина етапу при транспортуванні пересіченою місцевістю – до 200 м, у випадку індивідуального транспортування - до 100 м.

Укладка ”потерпілого” на носилки – в залежності від Умов змагань.

Перелік умовних травм і захворювань:

1. Кровотечі.
2. Проникаюче поранення грудної клітки.
3. Проникаюче поранення черевної порожнини.
4. Травма черепа.
5. Перелом ключиці.
6. Перелом ребер.
7. Пошкодження хребта.

8. Перелом тазу.
9. Перелом плеча.
10. Перелом передпліччя.
11. Перелом стегна.
12. Перелом гомілки.
13. Перелом щиколотки.
14. Розтягнення і розрив зв'язок.
15. Вивихи.
16. Термічні опіки.
17. Переохолодження.
18. Тепловий, сонячний удар.
19. Ураження блискавкою.
20. Утоплення.
21. Гірська хвороба.
22. Гостра серцево-судинна недостатність, непритомність.
23. Зупинка серця і дихання.
24. Шок.
25. Харчові отруєння.
26. Простудні захворювання (запалення легенів).

11. В'язання вузлів

Учасники команди виконують за певний час завдання, вказане в картці. Зразки вузлів вивішуються судьями до початку змагань. Перелік рекомендованих вузлів:

- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| 1. Прямий. | 9. Провідник "вісімка". |
| 2. Академічний. | 10. Серединний провідник. |
| 3. Зустрічний. | 11. Стремено. |
| 4. Ткацький. | 12. Булинь. |
| 5. Брамшкотовий. | 13. Удавка. |
| 6. Грепвайн. | 14. Схоплюючий (прустик). |
| 7. Провідник (одним кінцем). | 15. Австрійський схоплюючий. |
| 8. Подвійний провідник. | 16. Бахмана. |

12. Залік із топографії та геодезії

Учасники команди виконують завдання, пов'язані з роботою з топографічною мапою, малюванням її розшифровкою знаків, визначення азимуту або напрямку руху, визначення відстані за мапами, схемами, кроками різних масштабів тощо.

Рекомендується до від'їзду команд на змагання повідомити їх про джерело інформації, відповідно до якого буде проводитися суддівство.

Топографічні знаки, зразки мап рекомендується вивішувати до початку змагань.

13. Визначення відстані або висоти

Визначається відстань від точки знаходження до недоступної точки (наприклад, на іншому березі річки, озера). Біля точки знаходження повинен бути вільний простір дистанції для замірів. Рекомендується відстань не більше ніж 40 м. Точність 10%.

14. Встановлення намету

Етап проводиться відповідно до Умов. Рекомендується для дистанції I класу.

15. Розпалювання багаття

Етап проводиться відповідно до Умов. Рекомендується для дистанції II класу.

16. Укладка рюкзака

Етап проводиться відповідно до Умов. Рекомендується для дистанції I класу.

17. Виготовлення спорядження

Умовами проведення визначається завдання з виготовлення або ремонту туристського спорядження, технічні вимоги до нього, і засіб перевірки працездатності. Умова виготовлення деяких засобів для медичної допомоги див. у пункті "Транспортування потерпілого".