

Спортивный туризм

Технические приемы

1. Переправа в брод

- Осуществляется с обеспечением страховки основной верёвкой, расположенной выше по течению. К участнику подключается верёвка сопровождения, выдача которой осуществляется ниже по течению. Страховочная верёвка и верёвка сопровождения подключаются через "скользящие" карабины в боковую часть исходной стороны.
- Страховочная верёвка и верёвка сопровождения должны удерживаться в руках не менее, чем двумя участниками и одним участником соответственно, при этом верёвки не должны проходить через точку опоры.
- Свободные концы верёвок не закреплены, оканчиваются узлами «проводник-восьмёрка».
- Расстояние между участниками, обеспечивающими страховку и сопровождение, должно быть не менее половины ширины водного препятствия, если иное не оговорено в условиях соревнований.

2. Переправа через водное препятствие

- Осуществляется с обеспечением страховки основной верёвкой, выдаваемой на уровне бревна; к участнику подключена верёвка сопровождения, выдача которой осуществляется ниже по течению реки; страховочная верёвка и верёвка сопровождения подключаются через "скользящие" карабины в боковую часть исходной стороны.
- Верёвки выдаются согласно условиям, как и при переправе в брод.
- Участник может использовать верёвку сопровождения для дополнительной опоры; свободный конец верёвки сопровождения жёстко удерживается на берегу, его подключение карабином (узлами) к участникам либо к точке опоры запрещается; участник переправляется по бревну, постепенно выдавая верёвку и контролируя её натяжение.
- Способ движения по бревну (на ногах, сидя на бревне и т.д.)

3. Переправа через овраг по бревну, по дну

- О Организация страховки участника осуществляется через фиксирующее устройство, закреплённое либо на точке опоры, либо в точке крепления к исходной точке страхующего участника. В последнем случае страховочная верёвка должна проходить через карабин, закреплённый на точке опоры, затем через фиксирующее устройство, закреплённое в точке крепления к участнику, осуществляющего страховку.
- О Конец страховочной верёвки подключается страхуемому участнику в точку крепления.
- О Свободный конец страховочной верёвки должен быть закреплён на точке опоры или на точке крепления.
- О Страхующий участник должен находиться на самостраховке. Страховочная верёвка должна удерживаться рукой ниже (после) фиксирующего устройства не менее, чем одним страхующим участником, при этом руки страхующего не должны касаться карабина.
- О Провис страховочной верёвки не должен быть ниже ступней страхуемого и страхующего участника.
- О Участник дополнительно обеспечивается верхней судейской страховкой, подключение, отключение и контроль за которой во время движения он осуществляет самостоятельно. Необходимость применения верхней судейской страховки определяется заместителем главного судьи соревнований по безопасности, исходя из конкретных параметров этапа.

4.Подъем с нижней страховкой

- 0 Участник движется по склону с нижней страховкой свободным лазаньем, простёгивая страховочную верёвку в карабины, отвечающие требованиям условий соревнований, закреплённые на точке опоры.
- 0 При организации нижней страховки из безопасной зоны этапа страховка осуществляется с момента подключения страховочной верёвки через карабин на первом пункте страховки.
- 0 При организации страховки из безопасной зоны этапа самостраховка страхующему участнику не требуется.

5.Траверс склона с командной страховкой

- 0 Участник движется по склону со страховкой свободным лазаньем, простёгивая страховочную верёвку в карабины, отвечающие требованиям условий соревнований, закреплённые на точке опоры.
- 0 Остальные условия такие же, как и при переправе через овраг по бревну

6. Организация перил

- Перилами является основная верёвка, используемая группой (связкой, участником) для преодоления препятствия, закреплённая на точке опоры в соответствии с требованиями; они могут выполнять роль страховки и (или) опоры.
- Крепление перил к точке опоры осуществляется либо посредством узлов, либо соединены при помощи карабина, при этом устройства для обеспечения самостраховки и движения включаются в обе ветви перил.
- Допускается крепление перил зажимом (жумаром), при этом перила должны быть дополнительно закреплёны узлом "карабинная удавка"; Перила, натянутые при помощи полиспаста, крепить на зажимах не разрешается.
- Для организации перил допускается применение полиспаста, имеющего не более одного элемента (блока, карабина), изменяющего направление выбирания верёвки.
- При организации перил на спуске (подъёме) на свободном конце перил должен быть завязан узел "проводник-восьмёрка". При проведении соревнований в закрытых помещениях узел на свободном конце перил не обязателен.
- Восстановление перил – технический прием, применяемый при организации перил. Конец перильной верёвки, как правило, закреплён на целевой стороне этапа.

7. Снятие перил

- Снятие перил осуществляется с целевой стороны этапа блока этапов, снятие перил осуществляется верёвкой.
- Допускается снятие перил производить последним участником группы (связки). При этом к последнему участнику при преодолении этапа относятся те же требования по обеспечению страховкой, сопровождением и способу движения, что и при прохождении первого.

8. Движение по перилам вброд, по бревну

- При движении участник должен быть подключен коротким усом самостраховки к перилам, организованным согласно условиям при организации перил.
- Верёвка сопровождения подключается участнику в точку крепления к исходной стороне либо к карабину самостраховки, скользящему по перилам.
- Свободный конец верёвки сопровождения должен быть закреплён на точке опоры либо на точке крепления к исходной стороне участника, стоящего на самостраховке.
- Допускается не удерживать верёвку сопровождения в руках, при этом наличие участника в рабочей зоне этапа, откуда осуществляется сопровождение, обязательно.
- Расположение верёвки сопровождения относительно перил бревна не регламентируется.
- На перилах может находиться не более одного участника.
- Запрещается дополнительная загрузка перил другими участниками или снаряжением (подключение к перилам, оттягивание перил вниз, зависание на перилах).
- При переправе вброд перила должны располагаться выше по течению относительно участника.
- Переправа участника по параллельным перилам осуществляется стоя ногами на нижней верёвке.

9. Движение по навесной переправе

- Переправа производится по двойным перилам, организованным согласно условиям при организации перил, на карабине, подключенном в точку крепления к исходной стороне участника. В этом случае самостраховка обеспечивается карабином, используемым для движения, или карабином короткого уса самостраховки.
- При организации страховочных и грузовых перил отдельными одинарными верёвками участник должен быть подключен карабином к грузовым и коротким усом самостраховки к страховочным перилам.
- При движении участника по наклонной навесной переправе (угол наклона перил $\geq 20^\circ$) вместо сопровождения участник обеспечивается верхняя командная страховка в соответствии с правилами соревнований.
- В случае невозможности обеспечения участника верхней командной страховкой (движение первого участника, индивидуальное прохождение) при выполнении подъёма, он должен быть обеспечен самостраховкой в соответствии с правилами соревнований. Необходимость самостраховки определяется заместителем главного судьи по безопасности, исходя из конкретных параметров этапа.
- При выполнении спуска по наклонной навесной переправе движение производится вперёд ногами.

10.Подъём (спуск) по склону с самостраховкой по перилам

- o Участник движется по склону с самостраховкой на перильной верёвке, организованной согласно условиям при организации перил.
- o Для организации самостраховки на подъёме применяются устройства, отвечающие требованиям правилам соревнований, при этом используется короткий ус самостраховки.
- o Для организации самостраховки на спуске применяются устройства, отвечающие требованиям правил соревнований.
- o Для организации самостраховки на подъёме (спуске) по склону по перилам на дистанциях 1-3 классов допускается использовать схватывающий узел, выполненный из репшура диаметром 6 мм (в рабочем сечении 2 ветви).
- o При движении с самостраховкой участник должен перемещать схватывающий узел таким образом, чтобы исключить его захват (зажатие в кулаке).
- o Провис перил не должен быть ниже уровня ступней участника.
- o На спуске с применением фиксирующего устройства в момент движения в опасной зоне перильная верёвка должна удерживаться рукой, расположенной после фиксирующего устройства (регулирующей рукой).
- o На вертикальных участках спуска, если к перилам подключена верёвка для снятия данных перил, последняя должна проходить через ФСУ вместе с перилами.

11. Подъём по склону с верхней страховкой

- 0 Подъём участника может осуществляться свободным лазанием, с жумаром по перилам или с опорой на перила в соответствии с условиями соревнований.
- 0 При организации верхней командной страховки с исходной стороны из безопасной зоны этапа самостраховка страхующему участнику не требуется.

12. Спуск по перилам

- 0 Движение участников осуществляется на фиксирующем устройстве по перилам, организованным согласно правилам соревнований.
- 0 Наличие верхней командной страховки и верхней судейской страховки регламентируется условиями соревнований.
- 0 При организации верхней командной страховки с целевой стороны из безопасной зоны этапа самостраховка страхующему участнику не требуется.

13.Траверс склона по перилам

- При движении участник должен быть подключен коротким усом самостраховки к перилам, организованным согласно условиям при организации перил.
- Страховочные перила должны располагаться выше по склону относительно участника и могут быть использованы участником в качестве дополнительной опоры.
- При движении участников перила должны проходить через все карабины, закреплённые на точках опоры в опасной зоне этапа.
- На протяжении всего этапа допускается организация нескольких перил, если иное не оговорено в условиях соревнований.

14. Переправа горизонтальным маятником по бревну

- 0 Участник выполняет технические приемы на всём протяжении опасной зоны с опорой на перила, организованные согласно условиям при организации перил. Подключение участника к перилам не производится.
- 0 Участник подключается к перилам, используя фиксирующее устройство или схватывающий узел, выполненный из репшнура диаметром 6 мм, имеющий в рабочем сечении 2 ветви.
- 0 При движении с самостраховкой участник, находящийся в опасной зоне, должен перемещать схватывающий узел таким образом, чтобы исключить его захват.
- 0 При движении с применением фиксирующего устройства участник, находящийся в опасной зоне, должен удерживать перильную верёвку рукой, расположенной после фиксирующего устройства.
- 0 Участник переправляется по бревну, постепенно выдавая верёвку и контролируя её натяжение.

15. Переправа методом «вертикальный маятник»

- 0 Для переправы используются перила, организованные согласно условиям при организации перил. Высота закрепления перил – не менее ширины реки или оврага.
- 0 Участник крепится к перилам устройством, отвечающим требованиям правил соревнований, или схватывающим узлом. Место подключения участника к перилам должно располагаться выше точки крепления на исходной стороне.
- 0 Участник обеспечивается сопровождением в соответствии с правилами соревнований.
- 0 Участник преодолевает опасную зону прыжком без касания рельефа или поверхности воды.
- 0 Если участник регулирует своё положение на перилах, то он крепится к перилам фиксирующим устройством, отвечающим требованиям правил соревнований.

16. Транспортировка снаряжения

- Транспортировка рюкзака со снаряжением запрещается участнику, выполняющему следующие технические приемы: переправа первого участника вброд; переправа первого участника через водное препятствие по бревну; переправа первого участника через овраг по бревну, по дну; подъем с нижней командной страховкой; траверс склона первым участником с командной страховкой.
- Запрещается транспортировка рюкзака со снаряжением по навесной переправе совместно с участником.
- Транспортировка снаряжения при переправе по параллельным перилам, по бревну, вброд или по навесной переправе допускается по перилам, если на них не находится участник.
- На подъемах (спусках) допускается вытягивание (спуск) снаряжения на транспортной веревке.
- Запрещается транспортировка снаряжения во время нахождения участника в опасной зоне этапа.
- Запрещается перебрасывание незакрепленного снаряжения с одной стороны этапа на другую, если иное не оговорено в условиях соревнований.
- Запрещается волочение веревок между этапами (блоками этапов), если иное не оговорено в Условиях.
- Участники должны исключить при выполнении технических приемов перетирание веревок.

17. Спортивный спуск

- 0 Спуск участника происходит по перилам.
- 0 Перильная веревка должна проходить за спиной и для увеличения трения может быть обёрнута вокруг руки (рук).

18.Подъём по склону спортивным способом

- 0 Движение участника осуществляется с опорой на перила.
- 0 Захват перил осуществляется поочерёдно правой и левой рукой.

19. Переправа с опорой на перила вброд, по бревну

- 0 Для движения и сохранения равновесия участник использует опору на перила на протяжении всей опасной зоны этапа.
- 0 При движении по бревну или параллельным перилам участникам должна обеспечиваться гимнастическая страховка.

20. Переправа вброд с альпенштоком

- 0 Длина альпенштока должна быть не выше роста участника. Альпеншток является дополнительной точкой опоры и удерживается участником двумя руками.
- 0 При переправе боком или грудью к течению нижний конец альпенштока удерживается относительно участника выше по течению.

21.Траверс склона с альпенштоком

- 0 Длина альпенштока должна быть не выше роста участника. Альпеншток является дополнительной точкой опоры и удерживается участником двумя руками.
- 0 Нижний конец альпенштока удерживается относительно участника выше по склону.

22.Траверс склона с альпенштоком

- 0 Длина альпенштока должна быть не выше роста участника. Альпеншток является дополнительной точкой опоры и удерживается участником двумя руками. 7.20.2 Нижний конец альпенштока удерживается относительно участника выше по склону.

22.Траверс склона с альпенштоком

- 0 Длина альпенштока должна быть не выше роста участника. Альпеншток является дополнительной точкой опоры и удерживается участником двумя руками. 7.20.2 Нижний конец альпенштока удерживается относительно участника выше по склону.

23.Подъём по склону с альпенштоком

- 0 7.20.1 Длина альпенштока должна быть не выше роста участника. Альпеншток является дополнительной точкой опоры и удерживается участником двумя руками. 7.22.2 Подъём осуществляется серпантином по размеченному коридору или от одной маркировки по краю коридора ОЗ к другой. Число поворотов серпантина – не менее одного. 7.22.3 Нижний конец альпенштока удерживается относительно участника выше по склону. 7.22.4 При смене направления движения поворот осуществляется лицом к склону, одним движением, с опорой на внешнюю (при повороте) ногу. Участник должен восстановить правильный хват альпенштока до продолжения движения. 7.22.5 Не допускается нахождение участников в ОЗ друг под другом, потеря альпенштока или какое-либо его крепление к участнику, кроме темляка. В ОЗ могут быть обозначены зоны поворота, где нахождение участников друг под другом не судится.

24. Спуск по склону с альпенштоком

- 0 7.20.1 Длина альпенштока должна быть не выше роста участника. Альпеншток является дополнительной точкой опоры и удерживается участником двумя руками. 7.23.2 Спуск осуществляется вертикально вниз или серпантинном по размеченному коридору, или от одной маркировки по краю коридора ОЗ к другой. 7.23.3 См. п. 7.21.2. 45 7.23.4 При смене направления движения поворот осуществляется спиной к склону, одним движением, с опорой на внешнюю (при повороте) ногу. Участник должен восстановить правильный хват альпенштока до продолжения движения. 7.23.5 См. п. 7.22.5.

25. Укладка бревна

- 0 Подъём и укладывание бревна контролируются оттяжками-усами из основной верёвки, закреплёнными за верхний конец бревна и удерживаемыми в руках не менее чем по одному участнику на каждой.
- 0 Запрещается закреплять свободные концы оттяжек на участниках, а также обматывать вокруг руки, корпуса и т. п.
- 0 В момент укладки бревна участники не должны находиться над или под бревном.

Вывод

Успешное прохождение этапов на соревнованиях осуществимо при условии выполнения правильных технических приемов.