

O pohár města Krnova v záchrannářských disciplínách 2023

Pořadatel: VZS ČČK, pobočný spolek Krnov
Vodní záchranná služba ČČK, p.s.

Místo konání závodů: Městské lázně, Čsl. Armády 15, Krnov- 25 m, 6 drah

Datum: 4.2.2023, sobota

Prezentace: 7:45 - 8:15

Rozplavání: 8:15 - 8:50

Závody: 9:00 - cca 15:30



Pořadí disciplín:

	Disciplína	Kategorie
1	50 m tažení prázdného modelu	Muži a ženy 2013 a mladší
2	100 m tažení modelu s pásem a ploutvemi	Muži a ženy 2012 a starší
3	50 m kombinovaně – 25 m Kraul + 25 m Z nohy	Muži a ženy 2013 a mladší
4	50 m záchrana modelu	Muži a ženy 2012 a starší
5	4 x 25 m záchrana modelu (štafeta)	Smíšená čtveřice 2012 a starší
6	25 m s plaváním pod vodou	Muži a ženy 2013 a mladší
7	100 m záchranný polohový závod	Muži a ženy 2012 a starší
8	150 m s nasazením ploutví a záchrane tonoucího	Muži a ženy 2012 a starší
9	4 x 25 m se záchranným pásem (štafeta)	Smíšená čtveřice 2012 a starší

Na závodech platí pravidlo 1. startu

Popis disciplín:

1) 50 m tažení prázdného modelu

Start z bloku.

Závodník plave 25m volným způsobem. Po dotyku obrátkové stěny uchopí přichystaný prázdný model. Figurínu drží pomocník (člen oddílu závodníka). Po uchopení modelu plave zpět 25m správnou technikou (viz správná technika tažení modelu) k cílové stěně bazénu.

Posuzování

- Topení a správná technika tažení modelu (viz správná technika tažení modelu)
- Ztráta kontaktu s modelem před dotknutím cílové stěny – diskvalifikace !!!

2) 100 m tažení modelu s pásem a ploutvemi

Start z bloku (s ploutvemi a záchr. pásem)

Závodník plave 50 m volným způsobem s ploutvemi a pásem. Po dotyku obrátkové stěny musí závodník správně upevnit figurínu do pásu v pásmu 10 m a v témže pásmu musí být lano napnuté a táhne figurínu 50 m do cíle, závod končí dotykem závodníka na cílovou stěnu. Závodník musí závod dokončit minimálně s jednou nazutou ploutví.

Figurínu drží pomocník (člen oddílu závodníka); Před startem pomocník drží figurínu čelem ke stěně. Jakmile se závodník dotkne stěny bazénu, **okamžitě** pomocník pouští figurínu.

Technika tažení se záchranářským pásem

- Při tažení musí být lano napnuté
- Při tažení musí mít figurína obličej nahoru a být tažena hlavou dopředu
- Při obrátce se může model potopit, ale jen v 10m pásmu od obrátky; při protnutí 10 m pásma musí být figurína tažena správnou technikou

Posuzování

5 sekund penalizace

- nepuštění modelu pomocníkem okamžitě po dotyku závodníka obrátkové stěny
- tažení s nenataženým lanem
- dotknutí se dříve figuríny než stěny na 50m

Diskvalifikace

- nedotknutí se obrátkové stěny jakoukoliv částí těla
- ztráta obou ploutví
- tažení figuríny zapnuté v pásu potopeným obličejem
- asistence od druhé osoby (při zapínání figuríny na 50m)
- pomocník závodníka drží figurínu ve špatné poloze (obličej směr do bazénu,)
- pomocník závodníka nepustí figurínu okamžitě po dohmatu závodníka
- pomocník závodníka tlačí figurínu směrem k závodníkovi
- pomocník závodníka vlezl záměrně do vody během závodu
- nesprávné zapnutí figuríny (SPRÁVNĚ JE POUZE POD OBĚMA RUKAMA)
- nezapnutí figuríny do 10m hranice (myšleno hlava figuríny)
- tlačení/ruční tažení figuríny
- ztráta kontaktu mezi figurínou a pásem po zapnutí (během tažení, AŽ PO 10m HRANICI)
- závodník si úmyslně zkrátil záchranářské lano

Na obrátce při 75 m se nepovažuje za diskvalifikaci potopení modelu obličejem dolů, vypadnutí modelu ze zapnutého pásu – model musí být do pásu znovu nasazen nebo nasunut i bez odepnutí. Po 10 m od obrátkové stěny jsou již tyto chyby posuzovány.

3) 50 m kombinovaně – 25 m Kraul celý + 25 m Z nohy

Start z bloku

Závodník plave 25 m Kraulem, po dotyku obrátkové stěny si vezme destičku (destička je připravena obrátkové stěně) a plave 25 m znakové nohy, přičemž drží destičku oběma rukama na břiše. Destičku lze pustit jednou rukou max. 5m před cílem. Cílový dotyk může být jakoukoli částí těla.

4) 50 m záchrana modelu

Start z bloku

Závodník plave 25 m volným způsobem. Před obrátkou se zanoří pro ponořený model, který leží na zádech na dně a jeho nohy se dotýkají obrátkové stěny. Závodník se nemusí dotknout obrátkové stěny a s modelem se musí vypořádat do vzdálenosti 5 m od obrátkové stěny. Model táhne k cílové stěně a během tažení musí být použita správná technika tažení (viz správná technika tažení). Závod je ukončen dotykem cílové stěny. Kategorie B(2012-2011) plave s ploutvemi.

5) 4x25 m smíšená štafeta záchrana modelu

Start z vody

Všichni členové štafety musí být před startem závodu ve vodě. První závodník startuje z vody, přičemž drží model a druhou rukou se drží startovního bloku.

Po startu plave první závodník 25m s modelem, kdy musí být dodržena správná technika tažení modelu. Po dotyku obrátkové stěny rukou je možné model předat dalšímu členovi, který se musí držet obrátkové stěny a pouští se v momentě, kdy se závodník před ním dotkne stěny.

Při všech předávkách nesmí být ztracen kontakt s modelem.

Všichni závodníci zůstávají ve vodě a opouštějí svou dráhu a bazén až na písknutí rozhodčího.

Posuzování:

- Topení modelu (viz správná technika tažení modelu)
- Ztráta kontaktu s modelem před dotknutím cílové stěny – diskvalifikace
- Nedotknutí se obrátkové stěny před předáním modelu dalšímu závodníkovi – diskvalifikace
- Nesebevážení v dráze do písknutí rozhodčího po skončení závodu – diskvalifikace

6) 25 m s plaváním pod vodou

Start z protější strany bazénu

Po startu z vody (bez skoku) plave závodník 7m pod vodou, kde se vynoří za vytýčenou páskou a poté doplave volným způsobem k cílové stěně 25m délky. Pokud se závodník vynoří před hranicí 7 m bude penalizován 10s.

7) 100m záchranný polohový závod

Start z bloku

Po startu plave závodník 50 m volný způsob. Po 50 m se na obrátce potopí a plave pod vodou k ponořenému modelu (12,5 – 15 m). (Případné nádechy musí být provedeny čelem k obrátkové stěně). Model vytáhne v 5-ti metrovém pásmu a plave zbývající úsek s modelem. Na obrátkové stěně se musí závodník dotknout stěny. Po obrátce se může model v 5-ti metrovém pásmu ponořit, závodník s ním však nesmí ztratit kontakt. Závodník se v tomto pásmu smí postavit na dno bazénu. V době tažení modelu musí být dodržena správná technika tažení modelu.

Kategorie B (2012-2011) plave s ploutvemi.

Posuzování

Topení modelu (viz správná technika tažení modelu)

- 1x nádech v úsek pod vodou – penalizace 5 sekund
- 2x nádech v úseku pod vodou – penalizace 10 sekund
- 3x nádech v úseku pod vodou – diskvalifikace
- Ztráta kontaktu s modelem před dotknutím cílové stěny – diskvalifikace
- nádech před úsekem pod vodou čelem k bazénu – penalizace 5 sekund

8) 150 m s nasazením ploutví a záchraně tonoucího modelu

Start z bloku

Před startem si závodník sám připraví ploutve na odskokovou hranu bazénu.

Závodník na startovní povel startuje z bloku, poté plave 50m volným způsobem k obrátkové stěně. Po dotyku obrátkové stěny si závodník musí v 5-ti metrovém pásmu obě ploutve nazout, poté plave 50m volným způsobem. Po 100 m se po doteku na obrátce potopí a plave pod vodou k ponořenému modelu. Případné nádechy musí být provedeny čelem k obrátkové stěně. Model vytáhne v 10-ti metrovém pásmu a plave zbývající úsek s modelem. Na obrátkové stěně se musí závodník dotknout stěny. Po obrátce se může model v 5-ti metrovém pásmu ponořit, závodník s ním však nesmí ztratit kontakt. Závodník se v tomto pásmu smí postavit na dno bazénu. V době tažení modelu musí být dodržena správná technika tažení modelu. Závod končí dotykem cílové stěny.

Posuzování:

- Nedotknutí se obrátkové stěny – diskvalifikace
- Nasazení obou ploutví nebo pásu za 5-ti metrovým pásmem – diskvalifikace
- Ztráta obou ploutví – diskvalifikace
- 1x nádech v úseku pod vodou – penalizace 5 sekund
- 2x nádech v úseku pod vodou – diskvalifikace

9) 4x25m smíšená štafeta se záchranným pásem

Start z bloku

První závodník startuje z bloku a plave 25 m volným způsobem. Po dotyku obrátkové stěny, startuje druhý závodník startem z vody a s ploutvemi plave 25 m. Po startu druhého závodníka smí vlézt do vody poslední závodník. Po dotyku obrátkové stěny druhého závodníka, startuje třetí člen štafety, který plave 25-ti metrový úsek se záchranným pásem. Po dotyku obrátkové stěny předává třetí člen pás čtvrtému členovi. Čtvrtý člen se může pustit obrátkové stěny, až poté, co se třetí závodník dotkne obrátkové stěny. Třetí člen družstva se musí v 5-ti metrovém pásmu chytit oběma rukama záchranného pásu (ne lana nebo klipsu). Čtvrtý člen štafety plave s ploutvemi a táhne třetího závodníka do cíle závodu. Tažený člen může pomoci kopáním. Lano musí být při tažení nataženo.

Účastníci štafety plavající s ploutvemi musí dokončit svůj úsek minimálně s jednou nazutou ploutví.

Závod končí dotykem posledního člena družstva cílové stěny.

Posuzování:

- Předčasné odstartování závodníka před dohmatem obrátkové stěny předchozího člena – diskvalifikace
- Chycení nebo ztráta záchranného pásu 3. členem za 5-ti metrovou hranicí – diskvalifikace
- Jiná pomoc 3. člena štafety než kopáním – diskvalifikace
- Ztráta obou ploutví - diskvalifikace

Správná technika tažení modelu

Model je tažen hlavou dopředu, přičemž obličej směřuje směrem vzhůru
penalizace při topení modelu:

- *Hlava modelu nesmí být před hlavou závodníka – **diskvalifikace***
- *Ztráta kontaktu s modelem před dokončením disciplíny – **diskvalifikace***

Bodování

Body jsou dle umístění v každé disciplíně rozděleny dle tabulky níže.

Vyhrává závodník s nejvyšším počtem bodů. Při rovnosti bodů rozhoduje umístění v závodě 100 m záchranný polohový závod. U žáků ročník 2013 a mladších rozhoduje při rovnosti bodů závod 25 m s plaváním pod vodou.

Bodování v individuálních disciplínách

Dosažené pořadí v disciplíně	Počet získaných bodů
1	15
2	13
3	11
4	10
5	9
6	8
7	7
8	6
9	5
10	4
11	3
12	2
13	1

Ceny

Nejlepší čtyři závodníci v každé kategorii obdrží Poháry a věcné ceny.
U štafet bude v každé kategorii oceněna nejlepší štafeta.

Kategorie

muži	ženy
A 2013 a mladší	A 2013 a mladší
B 2012-2011	B 2012-2011
C 2010-2009	C 2010-2009
D 2008-2007	D 2008-2007
E 2006 a starší	E 2006 a starší

Štafety jsou čtyřčlenné a smíšené (nejméně jedna žena)

Kategorie ve štafetách se posuzuje dle nejstaršího člena štafety.

Protesty a námitky

Protesty se podávají vedoucími skupin hlavnímu rozhodčímu do 15ti minut od vyhlášení výsledků disciplíny s vkladem 500,-Kč.

V případě zamítnutí protestu vklad propadá ve prospěch pořadatele. V případě uznání námitky se vklad vrací.

Startovné

Za každého jednotlivce je výše startovného 300,-

Přihlášky

Email: vzskrnov@seznam.cz

Tel: 774 297 407 (Jarmila Vojtková, předseda)

U každého závodníka uveďte čas na 100 m volný způsob.

Závazné přihlášky posílejte do: 29.ledna 2023

Vzor přihlášky

<u>Jméno</u>	<u>Ročník</u>	<u>pohlaví (M/Ž)</u>	<u>čas na 100m vz</u>	<u>Oddíl</u>
Jana Nováková	2005	Ž	01:25.00	Krnov