



PRAVIDLA VZS ČČK  
PRO  
PLÁŽOVÉ DISCIPLÍNY

Platné od: 1. května 2026

Tato pravidla vychází z mezinárodních pravidel International Life Saving Federation:  
**ILS Competition Rule Book 2025 Edition, Effective 1 September 2025**

# OBSAH

<b>1</b>	<b>OBECNÁ USTANOVENÍ PRO PLÁŽOVÉ DISCIPLÍNY .....</b>	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>START .....</b>	<b>4</b>
2.1	PŘED STARTEM .....	4
2.2	STARTÉR .....	4
2.3	POSTUP PŘI STARTU .....	4
2.4	STARTOVNÍ ČÁRA .....	5
2.5	DISKVALIFIKACE .....	6
2.6	ŠTAFETOVÉ PŘEDÁVKY .....	6
<b>3</b>	<b>CÍL .....</b>	<b>7</b>
3.1	POSUZOVÁNÍ .....	7
3.2	ČASOVÝ LIMIT .....	8
<b>4</b>	<b>ROZLOSOVÁNÍ .....</b>	<b>8</b>
4.1	ROZLOSOVÁNÍ DO ROZPLAVEB .....	8
4.2	ROZLOSOVÁNÍ DO SEMIFINÁLE A FINÁLE .....	8
4.3	LOSOVÁNÍ POZIC .....	9
4.4	STARTOVNÍ POZICE .....	9
4.5	LIMITY POČTŮ SOUTĚŽÍČÍCH .....	9
<b>5</b>	<b>POPIS DISCIPLÍN .....</b>	<b>10</b>
5.1	SURF RACE .....	10
5.2	BEACH FLAGS .....	12
5.3	BEACH SPRINT .....	16
5.4	BOARD RACE .....	18
5.5	SURF SKI RACE .....	20
5.6	OCEANMAN / OCEANWOMAN .....	23
5.7	OCEAN M .....	26
5.8	RESCUE TUBE RESCUE .....	30
5.9	BEACH RELAY .....	33
5.10	BOARD RESCUE .....	36
5.11	OCEANMAN / OCEANWOMAN RELAY .....	39
5.12	OCEAN M LIFESAVER RELAY .....	43
5.13	<b>SURF RACE S PLOUTVEMI .....</b>	<b>47</b>
5.14	<b>RUN – SWIM – RUN .....</b>	<b>49</b>
5.15	KÓDY DISKVALIFIKACÍ PRO PLÁŽOVÉ DISCIPLÍNY .....	51
<b>6</b>	<b>ZÁVODNÍ VYBAVENÍ .....</b>	<b>53</b>
6.1	PLAVKY .....	53
6.2	ZÁCHRANNÉ PÁSY .....	53
6.3	PLAVECKÉ PLOUTVE .....	54
6.4	PLÁŽOVÉ KOLÍKY .....	55
6.5	BOARDY .....	55
6.6	BÓJE .....	55
6.7	KAJAKY .....	56

# 1 Obecná ustanovení pro plážové disciplíny

Vedení týmů a soutěžící jsou povinni se seznámit s rozpisem soutěže, s pravidly a postupy, kterými se soutěže řídí.

- a) Soutěžícím(u) nemusí být umožněno nastoupit do závodu, pokud se nedostaví včas k pomocnému startérovi. Z organizačních důvodů pro určení počtu rozplaveb pořadatelem, může být prezence u pomocného startéra prováděna den v předstihu, nebo až v den konání dané disciplíny (DQ 3).
- b) Soutěžící nebo tým, který nenastoupí na start závodu, bude diskvalifikován (DQ 4).
- c) Pokud není výslovně stanoveno v pravidlech, nesmí se při soutěži používat žádné pomůcky uměle zvyšující výkonnost soutěžícího (např. pásky na ruce, plavecké packy).
- d) Použití vosku a podobných látek pro zlepšení úchopu či kontaktu s boardy, kajaky, nebo pádly je v plážových disciplínách povoleno.
- e) Povolení použití tejpů a jiných pásek, používaných pro preventivní, lékařské, terapeutické nebo kineziologické účely, je možné pouze po schválení hlavním rozhodčím. Nesmí poskytovat soutěžní výhodu.

**Poznámka:** výše uvedené stanovení znamená, že obecně může být umožněno používat tejpů a jiné pásky na těle soutěžícího (včetně končetin, avšak vyjma dlaní a chodidel). Dále platí, že pásky nejsou zpravidla povoleny na více prstech (dva nebo více prstů spojených páskou), neboť mohou napomáhat při plavání nebo při úchopu. Dále nejsou povoleny na jednom prstu, pokud zlepšují uchopení soutěžního vybavení.

- f) Kamery a podobná video zaznamenávající zařízení mohou být namontována na boardy a kajaky, pokud tato zařízení odpovídají regulím uvedených v kapitole 6. Závodní vybavení. Avšak tato zařízení nesmí být jakkoliv připevněna na těle soutěžících po celého závodu.
- g) Soutěžící musí při všech plaveckých disciplínách nosit plavecké čepice. Plážové čepice, zavázané pod bradou, musí mít soutěžící nasazené na hlavě při startu každé disciplíny.
- h) Soutěžící nebude diskvalifikován za ztrátu čepice, pokud ke ztrátě došlo po startu, v průběhu závodu, a rozhodčí budou moci identifikovat, že soutěžící závod řádně dokončil.
- i) **Trat' závodu:** protesty proti trati závodu budou přijímány pouze před zahájením dané disciplíny nebo závodu.
  - Tratě všech disciplín musí být připravené ke spokojenosti hlavního rozhodčího zaručující spravedlivé podmínky závodu ze všech startovních pozic.
  - Organizátor a hlavní rozhodčí mohou povolit úpravy tratě závodu z důvodu zajištění bezpečnosti, spravedlivého hodnocení a plynulého průběhu soutěže (např. úprava vzdálenosti, počtu drah, bójí nebo počtu startujících soutěžících v daném rozběhu / rozplavbě). Jakékoliv změny v úpravě trati musí být oznámeny soutěžícím před zahájením závodu. (např. na poradě vedoucích družstev, u pomocného startéra, nebo na startu).
  - Je doporučeno používat barevně označené bóje a vlajky pro přesné navedení soutěžících po trati závodu.
  - Vzdálenost bójí je měřena z místa u břehu, kde hladina vody sahá přibližně po kolena. Vzdálenost bójí od břehu se může lišit v závislosti na převládajících podmínkách a bezpečnostních faktorech. Pokud dojde v průběhu soutěže k uvolnění nebo posunutí bóje, je nutné bóje znovu uspořádat.
  - Při disciplínách se závodním vybavením (*pozn. craft events – boardy a kajaky*) mohou soutěžící projet mezi nebo kolem plaveckých bójí s tím, že soutěžící nesou plnou zodpovědnost v případě, že jim bóje zabráni v postupu/jízdě.

- j) Do prostoru vyhrazeném na pláži, kde probíhá soutěž, je umožněn vstup pouze soutěžícím, rozhodčím a organizátorům. Soutěžící, rozhodčí a organizátoři, kteří se neúčastní soutěže, musí vyznačený prostor opustit. Soutěžní prostor může být vyznačen pomocí pásek, lan a plotů na základě specifikace hlavním rozhodčím.
- k) Proti rozhodnutí o pořadí v cíli učiněnému cílovými rozhodčími nelze podat protest ani odvolání.
- l) Proti rozhodnutí ředitele soutěže, startéra nebo hlavního rozhodčího (nebo jím pověřeného rozhodčího) o startu nelze podat protest ani odvolání.
- m) Vliv převládajících podmínek: Proti incidentu vzniklém z důvodu převládajících podmínek na pláži nelze podat protest ani odvolání.

## 2 Start

### 2.1 Před startem

Před startem každého závodu musí pomocný startér:

- a) Seřadit soutěžící v rozlosovaném pořadí pro všechny rozplavby a finále.
- b) Doprovodit soutěžící s jejich soutěžním vybavením na start a ujistit se, že jsou připraveni na správných pozicích.

Před startem každého závodu musí hlavní rozhodčí nebo jim určený rozhodčí:

- a) Zkontrolovat, zda jsou všichni rozhodčí na svých pozicích.
- b) Zkontrolovat, zda mají soutěžící správné oblečení a čepice.
- c) Zkontrolovat, zda je veškeré vybavení správně rozmístěno a trať je správně vyznačena.
- d) Signalizovat startérovi, že soutěžící jsou pod jeho kontrolou.

### 2.2 Startér

- a) Má plnou kontrolu nad soutěžícími od okamžiku signálu až do zahájení závodu.
- b) Zaujme postavení, ze kterého má úplný výhled na všechny soutěžící v průběhu startu.
- c) Zajistí, že všechny starty jsou jednotné a spravedlivé.
- d) Diskvalifikuje soutěžící za předčasný start.

### 2.3 Postup při startu

Postup při startu všech disciplín obsahuje tři fáze a je zahájen signálem nebo pokynem, který značí povel „Take Your Marks“ následovaný signálem nebo pokynem, který značí povel „Set“ a následně startovním signálem nebo pokynem, který značí povel „Go“.

Při disciplíně Beach Sprint mohou být pokyny „Take Your Marks“ a „Set“ provedeny slovně a signál „Go“ za pomoci startovní pistole, klaksonu, elektronického zařízení, nebo píšťalky.

Při disciplíně Surf Race a podobných disciplínách, které začínají na startovní čáře na okraji pláže, je slovní povel, aby soutěžící položili prsty na nebo za čáru „Competitors place your toes on or behind the Line“ ekvivalentní povelu „Take Your Marks“. Následuje slovní povel „Set“, který může být vysloven buď jako „Set“ nebo „You are in the starter's hands“. Poté následuje startovní signál „Go“, který může být proveden pomocí startovní pistole, klaksonu, elektronického zařízení, nebo píšťalky.

Podobný průběh startu je u disciplín, které začínají ve vodě (např. Surf Ski Race), je slovní povel, aby soutěžící vstoupili do vody „Competitors enter the water“ ekvivalentní povelu „Take Your Marks“. Následuje slovní povel „Set“, který může být vysloven buď jako „Set“ nebo „You

are in the starter's hands“ nebo pokynem od rozhodčího, držícího startovní vlajku, že se blíží start. Poté následuje startovní signál „Go“, který může být proveden pomocí startovní pistole, klaksonu, elektronického zařízení, nebo píšťalky.

Postup při startu může být blíže specifikován na poradě vedoucích družstev nebo při rozpravě se soutěžícími. Postup při startu v disciplíně Beach Flags je popsán v popisu disciplíny. Pokud startér při disciplíně Beach Flags musí z jakéhokoliv důvodu mluvit s některým ze soutěžících po provedení jakéhokoliv startovního povelu, je nutné celý postup startu opakovat.

- a) Pokud není startér z jakéhokoliv důvodu spokojen, že je vše připraveno ke startu poté, co soutěžící zaujali startovní pozice, musí startér soutěžícím nařídit, aby opustili své startovní pozice a dojde k opakování startu.
- b) Ačkoliv je přes veškerou snahu startéra o provedení spravedlivého startu proveden startovní signál („Go“), rozhodnutí odstartovat nebo déle setrvat na startu, je plně na uvážení soutěžících nebo týmu. Pokud z jakéhokoliv důvodu nedojde k opakování startu, nelze proti rozhodnutí o startu podat protest ani odvolání.
- c) Při disciplínách se startem ze břehu mohou soutěžící po zaznění startovního signálu vstoupit do vody dle vlastního uvážení, avšak nesmí ovlivnit závod ostatních soutěžících.
- d) Za chybné chování je považováno, pokud při štafetových nebo víceúsekových disciplínách soutěžící, který zahájil druhý, nebo následující úsek, omezil v závodě jiného soutěžícího, vylézajícího z vody.

## 2.4 Startovní čára

Startovní čára může být vyznačena jako:

- a) natažené lano výrazné barvy mezi dvěma kůly;
- b) čára nakreslená, nebo jinak vyznačená do písku mezi dvěma kůly;
- c) pomyslná čára mezi dvěma kůly, nebo jinak vyznačena startérem.

Soutěžící jsou na startu postaveni tak, že jejich prsty u nohou jsou na, nebo za startovní čarou, přičemž ostatní části těla mohou přes startovní čáru přesahovat.

Při disciplínách, kde je startovní čára nakreslena, je použit postup při startu jako v disciplíně Beach Sprint, prsty nohou i rukou musí být na, nebo za startovní čarou, s výjimkou vysokého startu. Při takovémto postupu musí být na, nebo za startovní čarou prsty nohou a ostatní části těla mohou přesahovat přes startovní čáru.

Při disciplínách jako Board Race, kde je startovní čára nakreslena nebo vyznačena pomocí lana, může vybavení v ruce soutěžícího přesahovat přes tuto čáru, pokud soutěžící drží dané vybavení v pravém úhlu ke startovní čáře, nebo v úhlu odpovídajícím převládajícím podmínkám. Pokud je board umístěn na pláži, musí být umístěn před (při pohledu ze břehu) a pod úhlem 90 stupňů vzhledem ke startovní/předávkové čáře.

Při disciplíně Surf Ski Race, kde se využívá pomyslné startovní čáry ve vodě, je vybavení umístěno na, nebo za pomyslnou startovní čarou pod úhlem 90 stupňů vzhledem ke startovní/předávkové čáře, nebo v úhlu odpovídajícím převládajícím podmínkám.

## 2.5 Diskvalifikace

- a) Při všech závodech se používá pravidlo jednoho startu.
- b) První soutěžící nebo tým, který vystartuje (tj. zahájí startovní pohyb směrem vpřed) po zaujmutí startovní pozice a před zazněním startovního signálu, bude diskvalifikován, s výjimkou disciplíny Beach Flags, ze které bude soutěžící vyřazen (DQ7).
- c) Pokud před vyhlášením diskvalifikace zazní startovní signál, závod bude přerušen (soutěžící budou odvoláni) a následuje opakování startu.
- d) Signál pro odvolání soutěžících musí být stejný jako startovní signál, musí se však opakovat.
- e) Soutěžícímu, který je diskvalifikovaný za předčasný start, nebude umožněno v závodě odstartovat.
- f) Všichni soutěžící, kteří se neprodleně nebudou řídit dle povelů startéra, budou diskvalifikováni.
- g) Všichni soutěžící, kteří po zaznění prvního povelu startéra vyruší ostatní soutěžící v závodě, ať už verbálně, nebo jakkoliv jinak, mohou být diskvalifikováni nebo vyřazeni ze závodu (v případě disciplíny Beach Flags) (DQ9).

**Poznámka 1:** povinností ředitele soutěže, hlavního rozhodčího a startéra je zajištění spravedlivého startu. Pokud ředitel soutěže, startér nebo hlavní rozhodčí rozhodne, že start není spravedlivý, a to z jakéhokoliv důvodu, včetně technické závady nebo závady na vybavení, soutěžící musí být odvoláni a závod musí být odstartován znovu.

**Poznámka 2:** soutěžící bude diskvalifikován, pokud zahájí startovní pohyb směrem vpřed před zazněním startovního signálu. Nedobrovolný pohyb, např. pohyb způsobený podmínkami v moři při startu z vody, není důvodem k diskvalifikaci. Předvídání startovního signálu a zahájení startovního pohybu před zazněním startovního signálu je důvodem k diskvalifikaci.

**Poznámka 3:** ředitel soutěže, hlavní rozhodčí nebo startér dle svého uvážení určí, zda soutěžící – nebo více soutěžících – zahájil startovní pohyb. Je běžné, že předčasný startovní pohyb jednoho soutěžícího způsobí pohyb ostatních soutěžících. Takový pohyb není důvodem k diskvalifikaci.

**Poznámka 4:** proti rozhodnutí ředitele soutěže, hlavního rozhodčího a startéra (nebo jimi pověřené osoby) o startu nelze podat protest ani odvolání.

**Poznámka 5:** ačkoliv je přes veškerou snahu startéra o provedení spravedlivého startu proveden startovní signál („Go“), rozhodnutí odstartovat nebo déle setrvat na startu, je plně na uvážení soutěžících nebo týmu. Pokud z jakéhokoliv důvodu nedojde k opakování startu, nelze proti rozhodnutí o startu podat protest ani odvolání.

## 2.6 Štafetové předávky

- a) Předávky ve štafetových závodech probíhají dotykem soutěžícího dalšího člena týmu s výjimkou disciplíny Beach Relay (viz. popis disciplíny). Dotyk probíhá viditelně dotykem ruky jednoho soutěžícího o ruku nebo jinou část těla druhého soutěžícího. Všechny předávky musí být provedeny viditelně nad hladinou vody.
- b) Soutěžící přebírající štafetu stojí oběma chodily na nebo před předávkovou čarou (při pohledu ze břehu).
- c) Soutěžící ve štafetových závodech musí zahájit svůj úsek z pozice nebo dráhy přidělené pomocným startérem. Pokud tak soutěžící neučiní, vystavují tím tým možné diskvalifikaci.

## 3 Cíl

- a) V disciplínách, kde soutěžící probíhá přes cílovou čáru, musí cílovou čáru protnout na nohou ve vzpřímené pozici (tj. ne skokem nebo pádem přes cílovou čáru). Cíl je posuzován protnutím cílové čáry hrudníkem soutěžícího.
- b) V disciplínách, kde je cíl umístěný ve vodě (Surf Ski Race), je konec závodu posuzován na základě protnutí cílové čáry jakoukoliv částí závodního vybavení.
- c) V disciplínách, kde je nutné protnutí cílové čáry, se může soutěžící v případě, že řádně neprotrne cílovou čáru, vrátit a protnutí opakovat, aniž by byl diskvalifikován.
- d) Jakmile rozhodčí vyhodnotí, že soutěžící správně protnul cílovou čáru, považuje se, že soutěžící dokončil svůj závod. Soutěžící už se však nemůže vrátit na trať závodu s cílem opravit předešlé chyby v závodě.
- e) Pro zajištění správného určení cílových pozic budou soutěžící v cíli řazeni dle pokynů rozhodčích a setrvají na svých pozicích do určení umístění cílovými rozhodčími.

### 3.1 Posuzování

- a) Všechny disciplíny jsou posuzovány vizuálně nebo za pomoci elektronických zařízení. Pořadí v cíli je určeno cílovými rozhodčími. V případě shodného umístění budou soutěžící umístěni na stejné pozici.
- b) Pokud je k dispozici elektronické vybavení (zahrnující videozáznam a jiné technologie pomáhající při posuzování), mělo by být použito při vyhodnocování soutěže.
- c) Pokud se k vyhodnocování závodu využívá pomocné rozhodcovské nebo jiné záznamové zařízení, jsou soutěžící povinni se vybavit označením nebo jinými přístroji dle pokynů pověřeného rozhodčího (např. na záchranné vestě, náramkem na zápěstí, či kotníku, případně umístit požadované zařízení na své závodní vybavení jako je board či kajak). Je-li k vyhodnocení závodu použito takového zařízení, je pořadí soutěžících v cíli určeno na základě pořadí protnutí cílové čáry v tomto zařízení. V případě technické závady je pořadí všech soutěžících v cíli posuzováno vizuálně nebo za použití běžných metod.
- d) Cíloví rozhodčí jsou postaveni tak, aby měli zajištěný plný pohled na cílovou čáru. V případě potřeby mohou být cíloví rozhodčí postaveni na vyvýšeném místě.
- e) Rozhodčí 1 vybírá, kdo dokončil jako 1. a 2.; Rozhodčí 2 vybírá, kdo dokončil jako 2. a 3., atd. (tzn. Rozhodčí 1 je primárně zodpovědný za prvního soutěžícího v cíli, nikoliv za druhého).
- f) Pokud je pro správné vyhodnocení pořadí soutěžících v cíli použito videozáznamové, nebo jiné elektronické zařízení, nebude výsledek prohlášen za konečný, dokud hlavní rozhodčí s dalšími pověřenými rozhodčími neurčí konečný výsledek.
- g) Proti rozhodnutí o pořadí v cíli učiněnému cílovými rozhodčími nelze podat protest ani odvolání.
- h) Na pokyn hlavního rozhodčího mohou být vydávány kartičky s pořadím v cíli, na jejichž základě jsou zaznamenána jména soutěžících v cíli.
- i) Hlavní rozhodčí může umožnit soutěžícím nebo vedoucím družstev pod dohledem zhlédnutí videozáznamu nebo jiného pomocného elektronického záznamu.

## 3.2 Časový limit

- a) Dle uvážení hlavního rozhodčího může být zaveden časový limit na provedení dané disciplíny. Soutěžící musí být před zahájením disciplíny informováni o zavedení časového limitu.
- b) Hlavní rozhodčí může instruovat soutěžící k odstoupení ze soutěže před dokončením závodu, pokud bylo dosaženo časového limitu, nebo pokud bylo dosaženo dostatečného počtu soutěžících bez diskvalifikace pro postup do dalších kol soutěže.

## 4 Rozlosování

Při všech soutěžích musí být použito řádné rozlosování.

### 4.1 Rozlosování do rozplaveb

V prvním kole soutěže jsou přihlášení soutěžící ze stejného klubu nebo národního týmu rozlosováni, pokud možno, do různých rozplaveb.

### 4.2 Rozlosování do semifinále a finále

- a) Pro všechna kola soutěže, která následují po rozplavbách, je nutné provést rozlosování. Rozlosování do následujících kol, čtvrtfinále, semifinále a finále je založeno na základě výsledku z předchozích rozplaveb.
- b) Na základě výsledků z rozplaveb a/nebo následujících kol soutěže nebo semifinále je nejlepším 16 soutěžícím nebo týmům přidělena startovní pozice ve finále v následujících disciplínách: Surf Race, Surf Ski Race, Board Race, Oceanman/Oceanwoman, Oceanman/ Oceanwoman Relay, Ocean M, Ocean M Lifesaver Relay.
- c) Pokud je potřeba (z důvodu bodového rozdělení), jsou v rámci soutěže pořádána finále A a finále B v následujících disciplínách: Beach Flags, Rescue Tube Rescue, Beach Sprint, Beach Relay a Board Rescue. Na základě výsledků z rozplaveb nebo semifinále je nejlepším 8 soutěžícím nebo týmům přidělena startovní pozice ve finále A. Soutěžícím od 9. do 16. místa je přidělena startovní pozice ve finále B.
- d) Pokud jeden nebo více soutěžících nebo týmů odstoupí z finále o 16 nebo více soutěžících, mohou být do finále povoláni až 4 náhradníci z řad soutěžících nebo týmů dle pořadí z posledního kvalifikačního kola. Náhradníci jsou povoláni ze stejného kvalifikačního závodu jako odstoupivší soutěžící, nebo tým. Finále nebude přelosováno.
- e) Pokud je jeden nebo více soutěžících nebo týmů povoláno do finále A o 8 soutěžících nebo týmech, nebo odstoupilo z finále B, mohou být povoláni až 4 náhradníci z řad soutěžících nebo týmů z posledního kvalifikačního kola před finále. Pokud není k dispozici dostatečný počet náhradníků, proběhne B-finále se soutěžícími nebo týmy nahlášenými pomocnému startérovi. Náhradníci vzejdou z kola soutěže, ze kterého se týmy kvalifikovaly do finále. Finále B nebude přelosováno.
- f) Remízy: pokud dojde k remíze vedoucí ke kvalifikaci obou soutěžících nebo týmů do finále a je-li ve finále dostatečný počet volných pozic, postupují oba soutěžící / týmy. Pokud ve finále není dostatek volných pozic, rozhodne o postupujícím náhradní rozplavba / rozběh. Metoda určená pro rozlosování do rozplaveb a finále musí být schválena hlavním rozhodčím.

### 4.3 Losování pozic

Rozlosování do rozplaveb provádí organizátor soutěže. Rozlosování do následujících kol soutěže (např. čtvrtfinále, semifinále, nebo finále) provádí pověřený rozhodčí.

Metoda určená pro rozlosování do rozplaveb a finále musí být schválena hlavním rozhodčím.

### 4.4 Startovní pozice

Startovní pozice a čísla drah pro plavání, board, kajak a ostatní disciplíny na volné vodě jsou číslovány zleva (při pohledu ze břehu) začínající číslem 1. Pro disciplíny na pláži je startovní pozice číslo 1 nejbližší k vodě.

### 4.5 Limity počtů soutěžících

Hlavní rozhodčí rozhoduje jaký systém bude zvolen pro průběh jednotlivých soutěží, zda proběhnou rozplavby, čtvrtfinále, semifinále nebo finále. Doporučený maximální počet soutěžících v rozplavbě nebo ve finále, který by neměl být překročen, je uveden v následující tabulce. Změny v těchto limitech je oprávněn provádět pouze hlavní rozhodčí s ohledem na převládající podmínky, bezpečnost a férovost soutěže pro všechny soutěžící.

Název disciplíny	Maximální počet soutěžících
Surf Race, Surf Race s ploutvemi	32 soutěžících
Run – Swim – Run	32 soutěžících
Beach Flags	16 soutěžících (8 ve finále, nebo do 16 při rozdělení bodů v týmových soutěžích)
Beach Sprint	10 soutěžících (8 ve finále)
Board Race	16 soutěžících
Surf Ski Race	16 soutěžících
Oceanman/Oceanwoman	16 soutěžících (24 při vyřazování)
Ocean M	24 soutěžících
Rescue Tube Rescue	9 týmů po 4 soutěžících
Beach Relay	10 týmů po 4 soutěžících (8 ve finále)
Board Rescue	9 týmů po 2 soutěžících
Oceanman/Oceanwoman Relay	16 týmů po 4 soutěžících
Ocean M Lifesaver Relay	24 týmů po 4 soutěžících

## 5 Popis disciplín

### 5.1 Surf Race

#### 5.1.1 Popis disciplíny

Soutěžící se seřadí na nebo za startovní čarou, na startovní signál vbíhají do vody a plavou kolem určených bójí trať dlouhou přibližně 400 m. Vracejí se zpět ke břehu a protínají cílovou čáru umístěnou na pláži označenou cílovými vlajkami.

#### 5.1.2 Trať

Trať závodu je vyznačena na diagramu Surf Race níže.

Soutěžící musí obeplavat určené bóje ve směru hodinových ručiček (po pravé ruce) pokud hlavní rozhodčí neurčí jinak před zahájením závodu.

**Startovní čára:** je umístěna přibližně 5 m od okraje vody a je vyznačena v písku mezi dvěma kůly nebo nataženým lanem výrazné barvy mezi dvěma kůly vzdálenými přibližně 40 m od sebe. Její střed je přibližně na úrovni první obrátkové bóje. Pokud je jako startovní čára použito natažené lano, je možné jej před samotným startem po vyrovnání soutěžících odstranit, neboť hrozí riziko zakopnutí.

**Traťové bóje:** trať je vyznačena bójemi umístěnými do tvaru písmene U. Nejvzdálenější bóje je vzdálena přibližně 170 m od místa, kde hladina vody sahá přibližně po kolena. Vzdálenosti bójí se mohou měnit v závislosti na převládajících podmínkách.

**Cíl:** cílová čára je umístěna přibližně 15 m od okraje vody a je vyznačena dvěma zelenými vlajkami vzdálenými od sebe přibližně 5 m. Její střed je přibližně na úrovni deváté (poslední) obrátkové bóje.

Pro zajištění spravedlivého startu a cíle je umístění startovní a cílové čáry vzhledem k bójím na uvážení hlavního rozhodčího v závislosti na převládajících podmínkách za předpokladu, že je zajištěn spravedlivý průjezd kolem první bóje pro všechny soutěžící.

#### 5.1.3 Vybavení

Není povoleno využití jakéhokoliv závodního vybavení definovaného v sekci 6. Závodní vybavení.

#### 5.1.4 Posuzování

Soutěžící nesmí při startu a vbíhání do vody a během závodu jakkoliv ohrozit nebo blokovat ostatní soutěžící a bránit jim v průběhu závodu.

Soutěžící se mohou dotknout bójí i lan bójí, ale nesmí se za ně přitahovat a pomáhat si při postupu závodem.

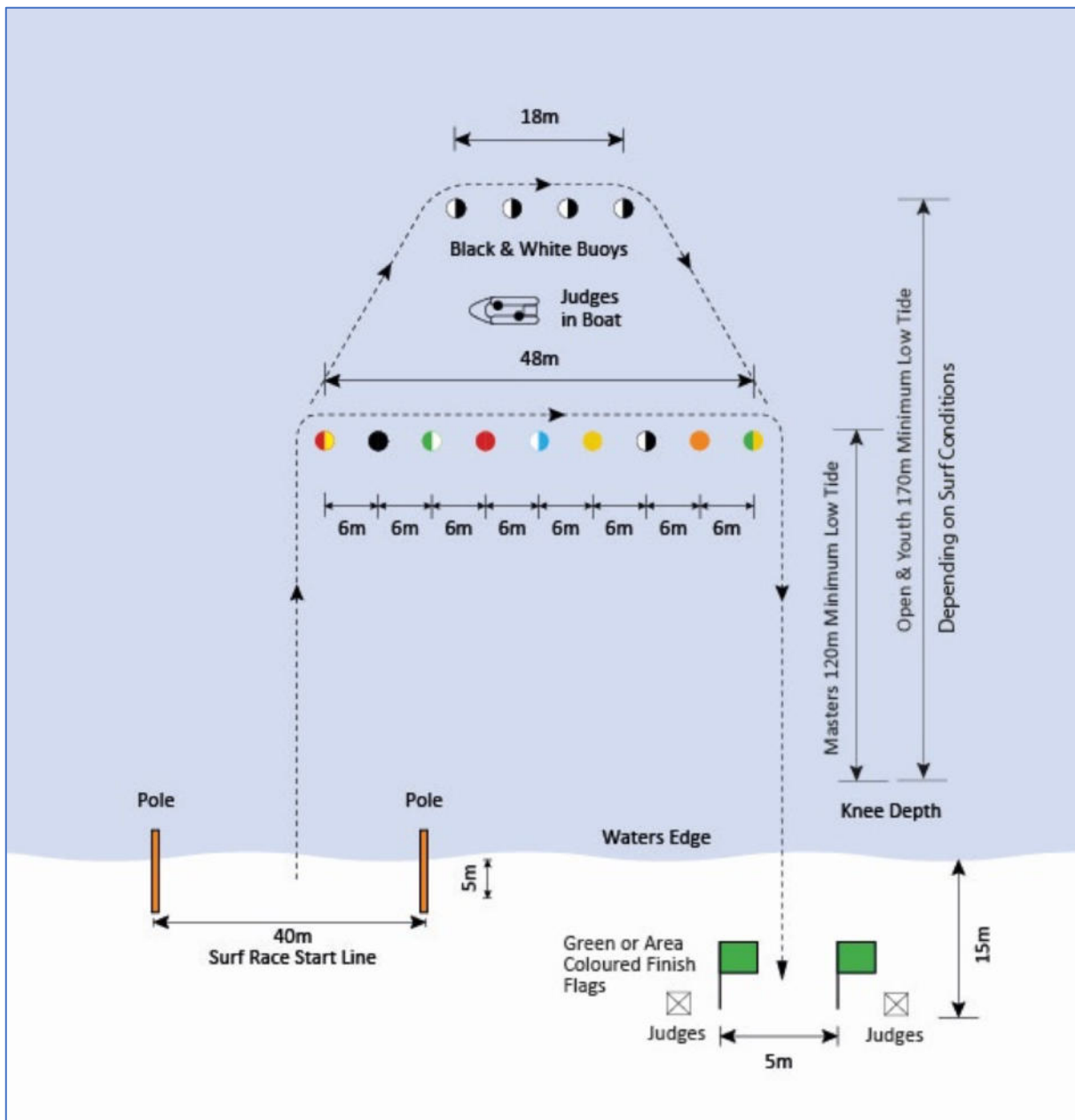
Soutěžící musí dokončit závod na nohou ve vzpřímené pozici. Cíl je posuzován protnutím cílové čáry hrudníkem soutěžícího.

Rozhodčí jsou rozmístěni tak, aby mohli pozorovat průběh závodu a rovněž mohli určit pořadí soutěžících v cíli.

#### 5.1.5 Diskvalifikace

Vyjma pravidel uvedených v kapitolách 1 – 4, bude mít následující chování za následek diskvalifikaci:

- a) Nedokončení závodu dle popisu disciplíny (DQ 12).



**Diagram 1: Surf Race**

(Vzdálenosti jsou pouze orientační.)

**Poznámka:** umístění bójí může být přizpůsobeno převládajícím podmínkám.

## 5.2 Beach Flags

### 5.2.1 Popis disciplíny

Z pozice v leže na břiše, nohama blíže k závodnímu poli, se soutěžící na startovní signál zvedá a „závodí“ zhruba 20 metrů pro jeden z kolíků, které jsou umístěné v řadě rovnoběžně se startovní čarou. Rozmístěno je zpravidla o jeden kolík méně, než je počet soutěžících. Soutěžící, který nezíská kolík, je vyřazen.

**Startovní pozice:** soutěžící leží na břiše s palci nohou na startovní čáře a patami nebo jakoukoliv částí chodidel u sebe, ruce složené na sobě tak, že horní prsty jsou umístěny na zápěstí druhé ruky a s hlavou nahoře. Lokty musí být vzhledem k tělu v úhlu 90° a boky a břicho musí být v kontaktu s pískem. Tělo musí být vzhledem ke startovní čáře v úhlu 90°.

**Poznámka 1:** soutěžící si mohou vyrovnat, zarovnat a udusat své startovní místo, nesmí však tvořit hromady nebo jinak bezdůvodně vyrovnávat písek tak, aby si zajistili výhodu při startu.

**Poznámka 2:** soutěžící si mohou vyhloubit díru pro své prsty od nohou do písku u startovní čáry buď rukama nebo nohama před ulehnutím do písku, případně nohama po ulehnutí.

**Poznámka 3:** soutěžící se musí řídit pokyny rozhodčích. Soutěžící, který způsobí bezdůvodné odložení startu, může být diskvalifikován (DQ 8).

### 5.2.2 Před startem

Startovní pokyny v disciplíně Beach Flags jsou odlišné od obecných startovních pokynů popsanych v sekci 2 Start. Start u Beach Flags probíhá následovně:

Pomocný startér před startem musí:

- a) Seřadit soutěžící v rozběhu podle vylosovaného pořadí.
- b) Doprovodit soutěžící na start, aby se ujistil, že jsou všichni soutěžící na přidělených pozicích.

Hlavní rozhodčí, nebo jím pověřený rozhodčí, musí:

- a) Zkontrolovat, zda jsou všichni rozhodčí a vybavení na svých místech.
- b) Dlouhým hvizdem signalizovat oficiální start oznamující soutěžím, aby zaujali své pozice na startovní čáře.
- c) Signalizovat startérovi, že soutěžící jsou pod jeho kontrolou.
- d) Zkontrolovat, že startér je postaven mimo výhled soutěžících.

### 5.2.3 Start

Na startérův povel „Competitors ready“ musí soutěžící zaujmout startovní pozici, jak je popsáno výše. Na startérův povel „Heads down“ soutěžící – najednou a bez zdržení – musí umístit bradu na své ruce. Po záměrné pauze, a až jsou všichni soutěžící nehybní, startér hvizdem zahájí závod. Po zahájení závodu se soutěžící zvedají a závodí až do získání kolíku.

### 5.2.4 Porušení startovních pokynů

Následující chování bude posuzováno jako porušení startovních pokynů:

- a) Nedodržení pokynů startéra v přiměřeném čase.
- b) Zvednutí jakékoliv části těla z písku nebo zahájení libovolného startovního pohybu po zaznění startérova povelu „Heads down“, avšak ještě než byl vydán startovní signál „Go“.

Pokud dojde při startu k diskvalifikaci nebo vyřazení soutěžícího, zbývající soutěžící a kolíky jsou znovu seřazeni bez nového losování pozic. Rozběh bude pokračovat i v případě porušení startovních pokynů, pokud nedojde k ovlivnění spravedlivého startu.

### 5.2.5 Losování pozic

Před zahájením disciplíny je provedeno prvotní losování startovních pozic a následně jsou startovní pozice losovány před každým rozběhem.

### 5.2.6 Počet vyřazených soutěžících

Hlavní rozhodčí určí, zdali bude v každém kole rozběhů vyřazen jeden nebo dva soutěžící. V semifinále a finále může být v každém kole vyřazen maximálně jeden soutěžící.

### 5.2.7 Rozběh o vyřazení

Rozběh o vyřazení se koná, pokud dva nebo více soutěžících drží jeden kolík a rozhodčí nemohou rozhodnout, který z nich chytnul kolík dříve – bez ohledu na to, kde soutěžící kolík drží. Také může proběhnout rozběh o vyřazení, pokud se kolík ztratí v písku. Pokud je vidět, že je kolík ztracený, cílový rozhodčí musí upozornit (hvizdem nebo slovy), že kolík je ztracený, a že rozběh skončil.

### 5.2.8 Trať

Trať závodu je vyznačena na diagramu Beach Flags níže. Trať měří přibližně 20 metrů od startovní čáry k vyrovnaným kolíkům a je široká tak, aby umožňovala alespoň 1,5m rozestupy mezi všemi 16 soutěžícími.

Kolíky jsou rozmístěny v linii rovnoběžné se startovní čarou tak, aby pomyslná kolmá osa mezi dvěma sousedními soutěžícími procházela přibližně základnou kolíku. Jinými slovy, kolíky jsou rovnoměrně umístěny na cílové čáře mezi dvěma sousedními soutěžícími.

Aréna pro Beach Flags by měla být vyčištěna od nežádoucích předmětů a pokud je povrch písku tvrdý, je potřeba jej před a v průběhu soutěže uhrabat, aby došlo ke zjemnění povrchu.

### 5.2.9 Vybavení

**Beach flag (kolík):** viz sekce 6. Závodní vybavení.

Soutěžící mohou být oblečeni do kraťasů a triček dle svého uvážení.

### 5.2.10 Posuzování

Hlavní rozhodčí nebo jim pověřený rozhodčí jsou rozmístěni dle svého uvážení tak, aby měli přehled o průběhu soutěže.

### 5.2.11 Vyřazení

Každý rozběh nebo rozběh o vyřazení je posuzován jako samostatná část soutěže. Provinění proti pravidlům v jednom kole soutěže se nepřenáší do následujících kol.

Soutěžící, který se proviní proti startovním pokynům, nebo brání v postupu jinému soutěžícímu, bude vyřazen (nebude diskvalifikován).

Soutěžící, který je vyřazen ze soutěže, si zachovává umístění a bodový zisk. Nicméně, soutěžící, který je diskvalifikovaný, ztrácí své umístění i bodový zisk.

Protesty v disciplíně Beach Flags proti vyřazení soutěžícího musí být podány do 5 minut nebo před následujícím rozběhem (záleží, co nastane dříve). Pokud dojde k podání protestu, hlavní rozhodčí se neprodleně začne protestu věnovat a bez zbytečného odkladu rozhodne o výsledku protestu před tím, než bude pokračovat soutěž. Proti rozhodnutí hlavního rozhodčího o podaném protestu není žádné odvolání.

**Poznámka 1:** u podání protestu proti vyřazení soutěžícího není vyžadována písemná forma ani finanční vklad.

**Bránění:** bránění je definováno jako „použití rukou, dlaní, chodidel nebo nohou k zabránění pokroku jiného soutěžícího”.

Soutěžící může mimo jiné použít své tělo, aby si získal potřebnou pozici pro získání kolíku.

Soutěžící se může před druhého soutěžícího dostat svými rameny nebo tělem, avšak nemůže použít ruce, dlaně, chodidla nebo nohy k zachování nebo získání pozice před soupeřem.

Pokud soutěžící získá svou pozici před druhým soutěžícím způsobem, který je v souladu s pravidly a pokračuje normálním během ve směru závodu, soutěžící, který je za ním, ho musí oběhnout, aby se dostal do pozice před ním.

Soutěžící může zkřížit cestu pomalejším soutěžícím.

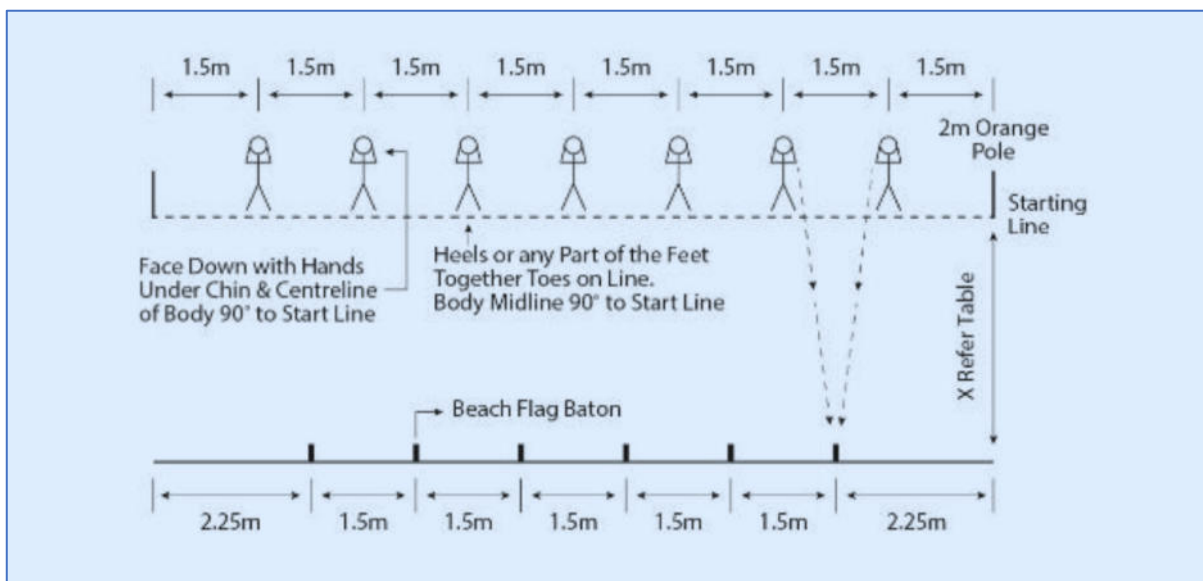
Pokud jsou dva soutěžící obviněni z bránění, soutěžící, který začal s bráněním dříve, bude vyřazen.

**Poznámka v případě konání závodů na beach volejbalovém hřišti o šířce 8 m:** Soutěžící budou rozděleni do rozběhů dle kategorií. V případě, že v kategorii bude více než 6 soutěžících, kategorie bude rozdělena do dvou rozběhů, kdy 3 nejlepší soutěžící z každého rozběhu postoupí do finále A a ostatní do finále B. V případě účasti více než 12 soutěžících se budou konat 3 rozběhy, kdy postoupí do finále A 2 nejlepší soutěžící z každého rozběhu, do finále B 3. - 4. nejlepší soutěžící a do finále C 5. - 6. nejlepší soutěžící.

#### 5.2.12 Diskvalifikace

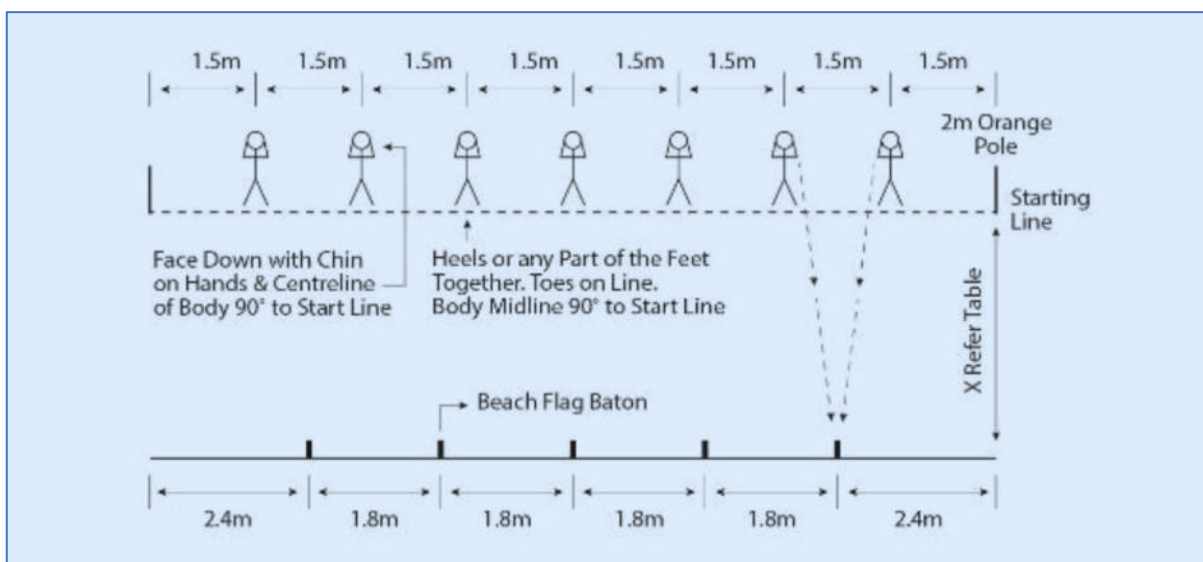
Vyjma pravidel uvedených v kapitolách 1 – 4, bude mít následující chování za následek diskvalifikaci:

- a) Nedokončení závodu dle popisu disciplíny (DQ 12).
- b) Pokud soutěžící sebere více než jeden kolík nebo schválně zakrývá kolík vlastním tělem. (DQ 11).



**Diagram 2: Beach Flags (rozmístění při vyřazování jednoho soutěžícího v rozběhu)**

(Vzdálenosti jsou pouze orientační.)



**Diagram 3: Beach Flags (rozmístění při vyřazování dvou soutěžících v rozběhu)**

(Vzdálenosti jsou pouze orientační.)

## 5.3 Beach sprint

### 5.3.1 Popis disciplíny

Soutěžící zaujímají startovní pozice v přidělených drahách. Na startovní signál vyběhají a běží 90 m do cíle, kde protínají cílovou čáru.

**Start:** použití atletických startovních bloků není povoleno, nicméně soutěžící si mohou vyhrabat díry nebo malé hromádky z písku, aby si start usnadnili. Soutěžícím k usnadnění startu není dovoleno používat jiný materiál než písek. Soutěžící mohou zarovnat nebo udusat písek ve svých drahách.

**Poznámka:** v případě konání disciplíny na atletické dráze je možné použití atletických startovních bloků.

### 5.3.2 Trať

Trať závodu je vyznačena na diagramu Beach Sprint níže.

Trať disciplíny Beach Sprint měří od startovní po cílovou čáru 90 m. U startu a cíle je k dispozici oblast o přibližné délce 20 m pro potřeby pomocného startéra a doběhnutí.

Trať má obdélníkový tvar a je zarovnána tak, aby všichni soutěžící běželi stejnou vzdálenost. Závodní oblast je vyznačena čtyřmi 2m kůly výrazné barvy.

**Startovní / cílová čára:** je vyznačena čárou v písku mezi dvěma kůly s červeno-černou (nebo v barvách arény) vlajkou.

**Běžecké dráhy:** jsou odděleny barevnými lany, která leží v písku a umožňují soutěžícím udržet přímý směr. Jednotlivá lana jsou položena 1,8 m od sebe s tím, že minimální možná rozteč je 1,5 m.

**Číselné značky:** označující číslo trati jsou rozmístěny před startovní a za cílovou čárou.

**Čára pro řazení soutěžících:** musí být vyznačena 5 m za startovní čárou a rovnoběžně s ní, pomocí 2m kůlů.

### 5.3.3 Vybavení

Soutěžící mohou být oblečeni do kraťasů a triček dle svého uvážení.

V případě konání disciplíny na atletické dráze je možné použití sportovní obuvi.

Po soutěžících může být vyžadováno, aby si oblékli barevné rozlišovací dresy pro usnadnění určení pořadí v cíli.

### 5.3.4 Posuzování

Soutěžící nesmí v průběhu závodu vybočit ze své dráhy.

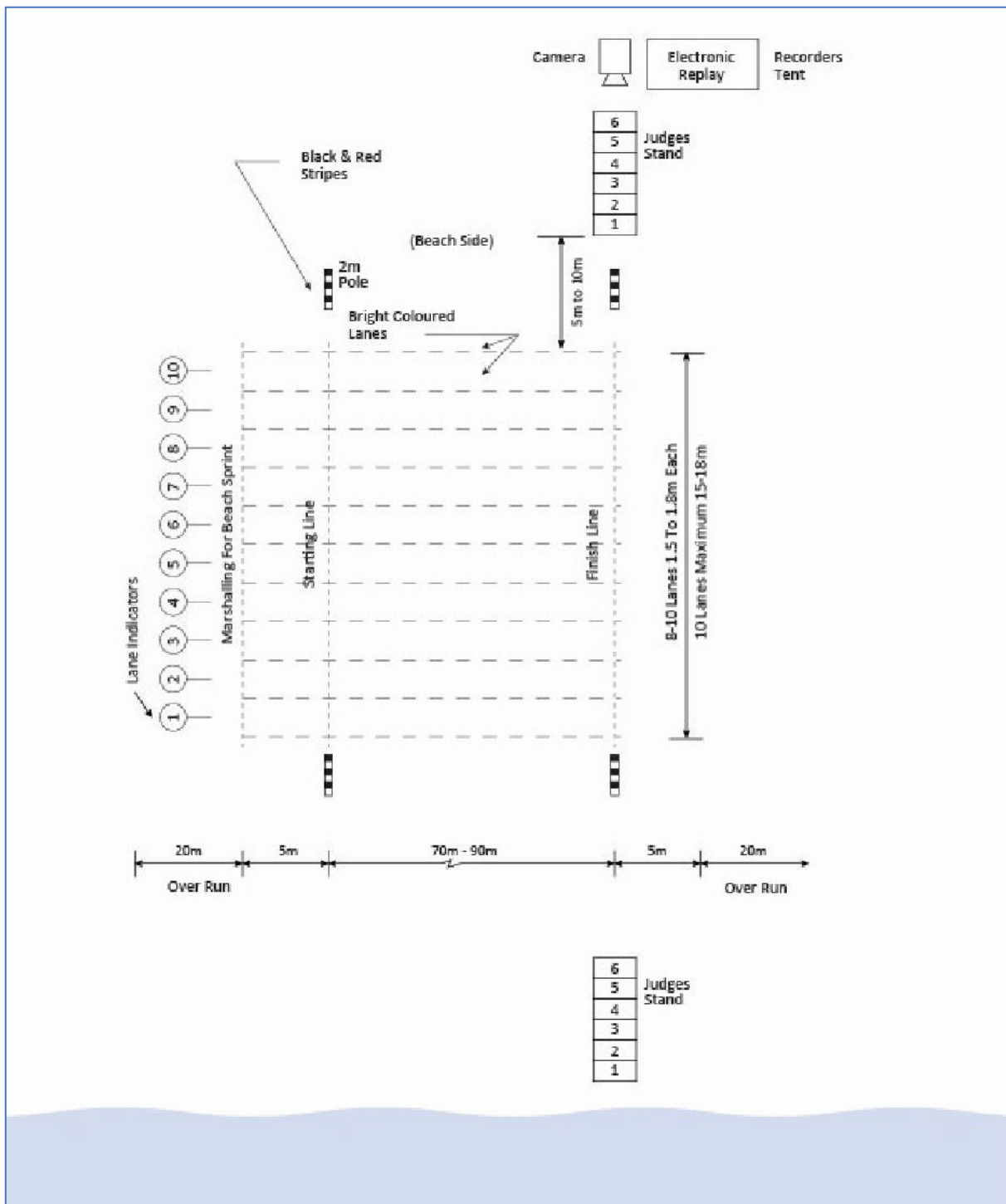
Soutěžící musí dokončit závod na nohou ve vzpřímené pozici. Cíl je posuzován protnutím cílové čáry hrudníkem soutěžícího.

Rozhodčí jsou rozmístěni tak, aby mohli pozorovat průběh závodu a rovněž mohli určit pořadí soutěžících v cíli.

### 5.3.5 Diskvalifikace

Vyjma pravidel uvedených v kapitolách 1 – 4, bude mít následující chování za následek diskvalifikaci:

- a) Nedokončení závodu dle popisu disciplíny (DQ 12).



## 5.4 Board Race

### 5.4.1 Popis disciplíny

Board je plavidlo poháněné primárně rukami/pažemi soutěžících. Detailní popis plavidla je uveden v dokumentu „ILS Facility and Equipment Standards“.

Soutěžící se seřadí se svými boardy na nebo za startovní čárou s 1,5m rozestupy vedle sebe, na startovní signál vbíhají do vody a projíždí na boardu kolem určených bójí trať dlouhou přibližně 600 m. Vracejí se zpět ke břehu a protínají, v kontaktu s boardem, cílovou čáru umístěnou na pláži označenou cílovými vlajkami.

### 5.4.2 Trať

Trať závodu je vyznačena na diagramu Board Race níže.

Soutěžící musí obeplout určené bóje ve směru hodinových ručiček (po pravé ruce) pokud hlavní rozhodčí neurčí jinak před zahájením závodu.

**Startovní čára:** je umístěna přibližně 5 m od okraje vody a je vyznačena v písku mezi dvěma kúly nebo nataženým lanem výrazné barvy mezi dvěma kúly vzdálenými přibližně 30 m od sebe. Její střed je přibližně na úrovni první obrátkové bóje. Pokud je jako startovní čára použito natažené lano, je možné jej před samotným startem po vyrovnání soutěžících odstranit, neboť hrozí riziko zakopnutí.

**Traťové bóje:** trať je vyznačena třemi černobílými (nebo v barvách arény) bójemi o velikosti 50l sudu. Dvě „obrátkové bóje“ jsou umístěny přibližně 75 m od sebe v minimální vzdálenosti 250 m od místa, kde hladina vody sahá přibližně po kolena. Třetí, nejvzdálenější, bóje je zarovnána na střed mezi obrátkovými bójemi, avšak o 15 m dál od břehu, čímž se zbylými bójemi vytváří oblouk. Vzdálenosti bójí se mohou měnit v závislosti na převládajících podmínkách.

**Cíl:** cílová čára je umístěna přibližně 15 m od okraje vody a je vyznačena dvěma černobílými vlajkami vzdálenými od sebe přibližně 20 m. Její střed je přibližně na úrovni poslední obrátkové bóje.

Pro zajištění spravedlivého startu a cíle je umístění startovní a cílové čáry vzhledem k bójím na uvážení hlavního rozhodčího v závislosti na převládajících podmínkách za předpokladu, že je zajištěn spravedlivý průjezd kolem první bóje pro všechny soutěžící.

### 5.4.3 Vybavení

**Board:** viz sekce 6. Závodní vybavení.

Použití náhradního boardu je povoleno. Vybavení může být přineseno k okraji vodní hladiny za předpokladu, že soutěžící znovu odstartuje od startovní čáry. Náhradní board může být připraven jiným členem týmu, avšak nesmí jakkoliv narušit průběh závodu.

### 5.4.4 Posuzování

Soutěžící nesmí při startu a vbíhání do vody a během závodu jakkoliv ohrozit nebo blokovat ostatní soutěžící a bránit jim v průběhu závodu.

Soutěžící se mohou dotknout bójí i lan bójí, ale nesmí se za ně přitahovat a pomáhat si při postupu závodem.

Soutěžící mohou ztratit kontakt s (nebo kontrolu nad) boardem bez nutnosti diskvalifikace. Pro dokončení závodu však musí soutěžící protnout cílovou čáru na nohou ve vzpřímené pozici v kontaktu s boardem ve směru od vody. Cíl je posuzován protnutím cílové čáry hrudníkem soutěžícího.



## 5.5 Surf Ski Race

### 5.5.1 Popis disciplíny

Mořský kajak je plavidlo poháněné primárně soutěžícím s pádlem. Detailní popis plavidla je uveden v dokumentu „ILS Facility and Equipment Standards“.

Soutěžící se seřadí ve vodě, kde hladina vody sahá přibližně po kolena, s 1,5m rozestupy vedle sebe. Soutěžící se při seřazování kajaků řídí pokyny startéra. Na startovní signál soutěžící nasedají do kajaků pádlují na kajacích kolem určených bójí trať dlouhou přibližně 700 m. Vracejí se zpět ke břehu a protínají cílovou čáru umístěnou ve vodě označenou cílovými vlajkami. Cílovou čáru musí protnout jakákoliv část kajaku, zatímco soutěžící na kajaku projíždí nebo je jakkoliv v kontaktu s kajakem a pádlem.

**Suchý start a cíl:** pokud podmínky neumožňují provést spravedlivý start z vody, je možné provést suchý start a/nebo suchý cíl.

### 5.5.2 Trať

Trať závodu je vyznačena na diagramu Surf Ski Race níže.

Soutěžící musí obeplout určené bóje ve směru hodinových ručiček (po pravé ruce) pokud hlavní rozhodčí neurčí jinak před zahájením závodu.

**Startovní čára:** nemusí být nutně vyznačena, nicméně pokud ano, tak pomocí dvou kúlů, kde její střed je přibližně na úrovni první obrátkové bóje.

**Traťové bóje:** trať je vyznačena třemi oranžovými (nebo v barvách arény) bójemi o velikosti 50l sudu. Dvě „obrátkové bóje“ jsou umístěny přibližně 75 m od sebe v minimální vzdálenosti 300 m od místa, kde hladina vody sahá přibližně po kolena. Třetí, nejbližší, bóje je zarovnána na střed mezi obrátkovými bójemi, avšak o 15 m dál od břehu, čímž se zbylými bójemi vytváří oblouk. Vzdálenosti bójí se mohou měnit v závislosti na převládajících podmínkách.

**Cíl:** cílová čára je umístěna ve vodě v místě, kde je dostatečná hloubka, aby mohly kajaky proplout, a je vyznačena dvěma oranžovými vlajkami umístěnými na kúlech, nebo jinými značkami. Její střed je přibližně na úrovni poslední obrátkové bóje.

Pro zajištění spravedlivého startu a cíle je umístění startovní a cílové čáry vzhledem k bójím na uvážení hlavního rozhodčího v závislosti na převládajících podmínkách za předpokladu, že je zajištěn spravedlivý průjezd kolem první bóje pro všechny soutěžící.

#### **Suchý start a cíl:**

Při startu ze břehu se soutěžící se svými kajaky a pádly seřadí na vylosovaných pozicích mezi dvěma 2m startovními kúly umístěnými přibližně 35 m od sebe a 5 m od okraje vodní hladiny.

Na startovní signál soutěžící dle svého uvážení vbíhá s kajakem do vody a pádluje kolem bójek, jak je vyznačeno na diagramu níže.

V případě suchého cíle je cílová čára umístěna přibližně 15 m od okraje vody a je vyznačena dvěma vlajkami na 4m kúlech vzdálených od sebe přibližně 20 m. Její střed je přibližně na úrovni poslední obrátkové bóje.

- a) Soutěžící musí projet na kajaku okolo poslední obrátkové bóje. Soutěžící nebude diskvalifikován, pokud ztratí kontakt se (nebo kontrolu nad) svým plavidlem za poslední obrátkovou bójí při návratu.
- b) Soutěžící nemusí dokončit s kajakem nebo pádlem.
- c) Závod končí v okamžiku, kdy soutěžící protne hrudníkem cílovou čáru na nohou ve vzpřímené pozici.

- d) **Pomocník:** člen z týmu soutěžícího pomáhá s odnesením kajaku a pádla soutěžícího z tratě závodu. Po dohodě s hlavním rozhodčím může být pomocníkem člen z jiného týmu nebo osoba registrovaná v soutěži.
- e) Pomocník musí:
- mít nasazenou plážovou čepici;
  - mít oblečenou vestu výrazné barvy při vstupu do vody, pokud je vyžadováno pořadatelem.
  - vynaložit maximální úsilí, aby při odnášení soutěžního vybavení nebo svým pohybem v trati nezasáhli do závodu ostatních soutěžících (v opačném případě může dojít k diskvalifikaci soutěžícího);
  - se řídit všemi pokyny rozhodčích.

### 5.5.3 Vybavení

**Kajak a pádlo:** viz sekce 6. Závodní vybavení.

Použití náhradního kajaku nebo pádla je povoleno. Vybavení může být přineseno k okraji vodní hladiny za předpokladu, že soutěžící znovu odstartuje od startovní čáry. Náhradní kajak nebo pádlo může být připraven/o jiným členem týmu, avšak nesmí jakkoliv narušit průběh závodu ostatních závodníků.

### 5.5.4 Posuzování

Soutěžící nesmí při startu a vbíhání do vody a během závodu jakkoliv ohrozit nebo blokovat ostatní soutěžící a bránit jim v průběhu závodu.

Soutěžící se mohou dotknout bójí i lan bójí, ale nesmí se za ně přitahovat a pomáhat si při postupu závodem.

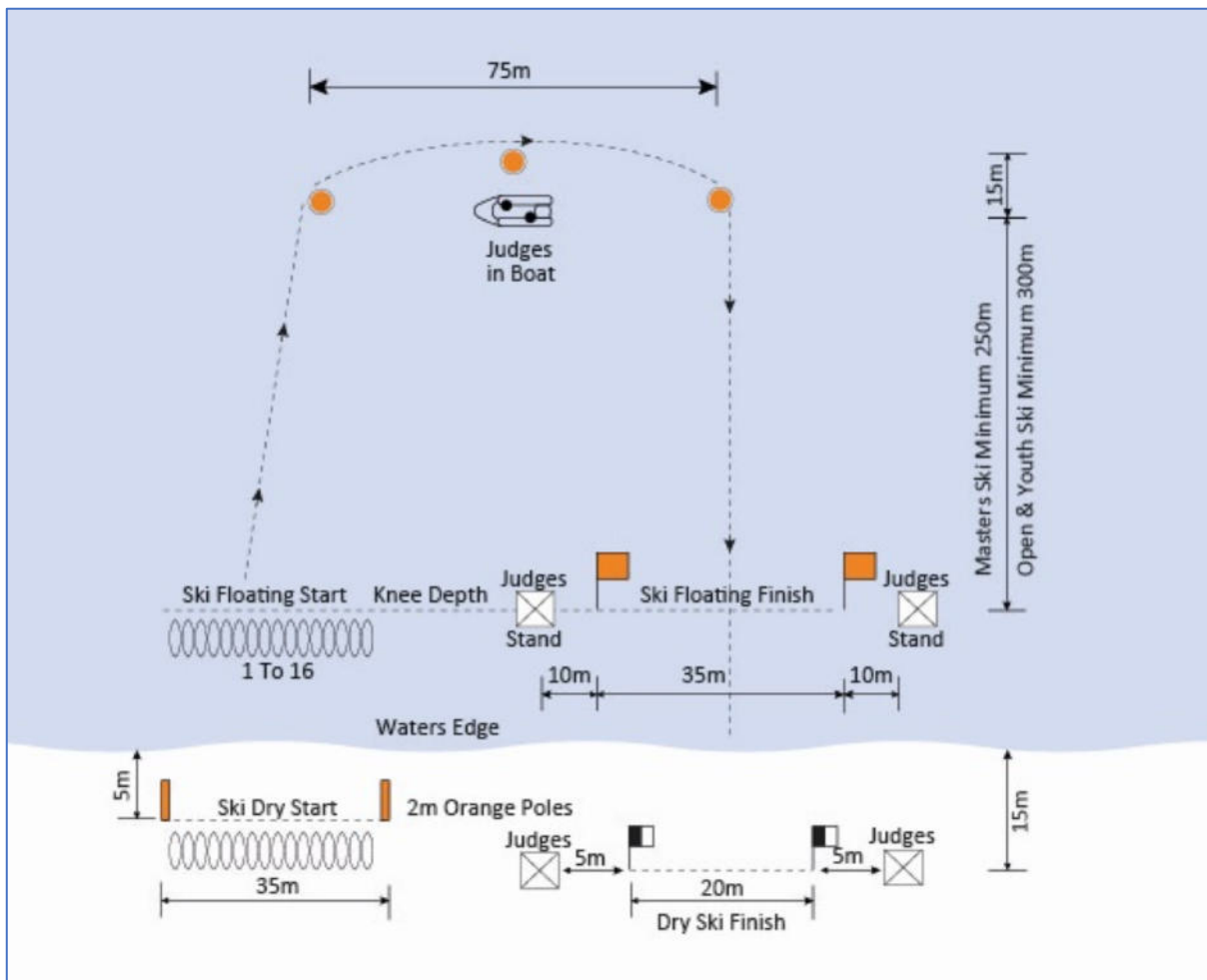
Soutěžící mohou ztratit kontrakt s (nebo kontrolu nad) kajakem bez nutnosti diskvalifikace. Pro dokončení závodu však musí soutěžící protnout cílovou čáru v kontaktu s kajakem a pádlem ve směru od vody. Cíl je posuzován protnutím cílové čáry jakoukoliv částí kajaku.

Rozhodčí jsou rozmístěni tak, aby mohli pozorovat průběh závodu a rovněž mohli určit pořadí soutěžících v cíli.

### 5.5.5 Diskvalifikace

Vyjma pravidel uvedených v kapitolách 1 – 4, bude mít následující chování za následek diskvalifikaci:

- a) Nedokončení závodu dle popisu disciplíny (DQ 12).



**Diagram 6: Surf Ski Race**

(Vzdálenosti jsou pouze orientační.)

**Poznámka:** umístění bójí může být přizpůsobeno převládajícím podmínkám.

## 5.6 Oceanman / Oceanwoman

### 5.6.1 Popis disciplíny

Soutěžící absolvují disciplínu, která se skládá ze čtyř úseků: plavání, board, kajak a závěrečný běh, které dohromady tvoří trať dlouhou přibližně 1,4 km.

Pokud není v této kapitole uvedeno jinak, platí pro každý úsek pravidla vycházející z daných disciplín (Surf Race, Board Race a Surf Ski Race).

Pořadí jednotlivých úseků se losuje před zahájením závodu. Výsledné pořadí úseků platí jak pro Oceanman / Oceanwoman, tak pro Oceanman / Oceanwoman Relay.

Pokud je prvním úsekem kajak, soutěžící startují z vody.

**Startovní pozice:** soutěžící zahajují první úsek z jim přidělených pozic. Před zahájením závodu jsou soutěžící povinni rozmístit své závodní vybavení pro jednotlivé úseky podle vylosovaných pozic. Startovní pozice pro board a kajak jsou vzájemně opačné. Například v rozplavbě o 16 soutěžících: soutěžící se startovní pozicí 1 umísťuje první kus vybavení (board/kajak) na pozici 1 a druhý kus vybavení (board/kajak) umísťuje na pozici 16.

Startovní pozice prvního úseku s vybavením	1	2	3	4	5	6	7	8	...	16
Startovní pozice druhého úseku s vybavením	16	15	14	13	12	11	10	9	...	1

**Pomocník:** člen z týmu soutěžícího pomáhá s odnesením vybavení soutěžícího z tratě závodu. Po dohodě s hlavním rozhodčím může být pomocníkem člen z jiného týmu nebo osoba jinak registrovaná v soutěži.

Pomocník musí:

- mít nasazenou plážovou čepici;
- mít oblečenou vestu výrazné barvy při vstupu do vody, pokud je vyžadováno pořadatelem;
- držet vybavení jak je vyznačeno v diagramu nebo dle instrukce od rozhodčích;
- vynaložit maximální úsilí, aby při odnášení soutěžního vybavení nebo svým pohybem v trati nezasáhli do závodu ostatních soutěžících (v opačném případě může dojít k diskvalifikaci soutěžícího);
- řídít se pokyny rozhodčích.

### 5.6.2 Trať

Trať závodu je vyznačena na diagramu Oceanman / Oceanwoman níže.

Pro zajištění spravedlivého startu a cíle je umístění startovní a cílové čáry vzhledem k bójím na uvážení hlavního rozhodčího v závislosti na převládajících podmínkách za předpokladu, že je zajištěn spravedlivý průjezd kolem první bóje pro všechny soutěžící.

**Traťové bóje:** plavecké bóje jsou umístěny minimálně 120 m od místa, kde hladina vody sahá přibližně po kolena. Boardové a kajakové bóje jsou umístěny přibližně 50 m, resp. 100 m za plaveckými bójemi. Dvě boardové bóje jsou vzdálené přibližně 17 m od sebe a dvě kajakové bóje jsou vzdálené přibližně 50 m od sebe, třetí kajaková bóje je umístěna uprostřed mezi krajními kajakovými bójemi přibližně 10 m dále od břehu.

**Orientační značení:** dvě orientační vlajky jsou umístěny na pláži přibližně 20 m od okraje vody. Jedna je umístěna na úrovni druhé plavecké bóje a druhá je umístěna na úrovni předposlední plavecké bóje.

**Startovní čára:** je umístěna přibližně 5 m od okraje vody a je vyznačena dvěma kúly vzdálenými přibližně 30 m od sebe. Její střed je zarovnan přibližně na úrovni první plavecké bóje. Startovní čára na břehu slouží pro start pokud je prvním úsekem plavání nebo board. V případě, že je prvním úsekem kajak, startuje se z vody. Pokud je prvním úsekem plavání, boardy jsou před boardovým úsekem umístěny na startovní čáře.

**Poznámka:** v disciplíně Oceanman / Oceanwoman Relay je startovní čára současně předávkovou čarou.

**Cíl / cílová čára:** cíl / cílová čára je označena cílovou bránou nebo dvěma vlajkami umístěnými přibližně 5 m od sebe, kolmo k okraji vodní hladiny a přibližně 50 m od první obrátkové vlajky.

**Trat' plavání:** plavecká část začíná na startovní čáře, pokračuje zleva okolo plaveckých bójí, následuje návrat na pláž a oběhnutí orientačních vlajek zleva.

**Trat' boardu:** úsek na boardu začíná na startovní čáře, pokračuje vběhnutím do vody s boardem, minutím první plavecké bóje zleva, zleva okolo boardových bójí, zleva okolo poslední plavecké bóje, následuje návrat na pláž a oběhnutí orientačních vlajek zleva.

**Trat' kajaku:** úsek na kajaku začíná v místě, kde hladina vody sahá přibližně po kolena s kajakem připraveným ve vodě, pokračuje minutím plaveckých a boardových bójí zleva, zleva okolo kajakových bójí, zleva okolo boardových a plaveckých bójí, následuje návrat na pláž a oběhnutí orientačních vlajek zleva. Soutěžící nesmí projet skrz řady boardových a plaveckých bójí.

**Trat' běhu a cíl:** závod končí poté, co soutěžící dokončí všechny úseky disciplíny. Pro dokončení závodu musí soutěžící vyběhnout z vody po posledním úseku, oběhnout zleva obě orientační vlajky a proběhnout cílovou čarou / branou.

**Poznámka:** soutěžící musí obrátkové vlajky obíhat ze stejné strany jako mívají trat'ové bóje při každém úseku, tedy ve směru hodinových ručiček.

### 5.6.3 Vybavení

**Kajak, pádlo a board:** viz sekce 6. Závodní vybavení.

**Výměna poškozeného vybavení:** board nebo kajak nesmí být v průběhu úseku vyměněny, pokud nedojde k jejich poškození nebo nezpůsobilosti k závodu. Pomocníci nebo členové týmu mohou pomoci s výměnou poškozeného vybavení, avšak mohou jej přemístit pouze na okraj závodní arény, kde si jej převezme hlavní rozhodčí.

**Odnesení vybavení:** za účelem zajištění bezpečného průběhu závodu mohou členové týmu nebo pomocníci odstranit poškozené nebo opuštěné vybavení z tratě v průběhu závodu, pokud tím nebudou bránit ostatním závodníkům v postupu.

### 5.6.4 Hodnocení

Soutěžící nesmí při startu a vbíhání do vody a během závodu jakkoliv ohrozit nebo blokovat ostatní soutěžící a bránit jim v průběhu závodu.

Soutěžící se mohou dotknout bójí i lan bójí, ale nesmí se za ně přitahovat a pomáhat si při postupu závodem.

Soutěžící musí dokončit závod na nohou ve vzpřímené pozici. Cíl je posuzován protnutím cílové čáry hrudníkem soutěžícího.

Rozhodčí jsou rozmístěni tak, aby mohli pozorovat průběh závodu a rovněž mohli určit pořadí soutěžících v cíli.

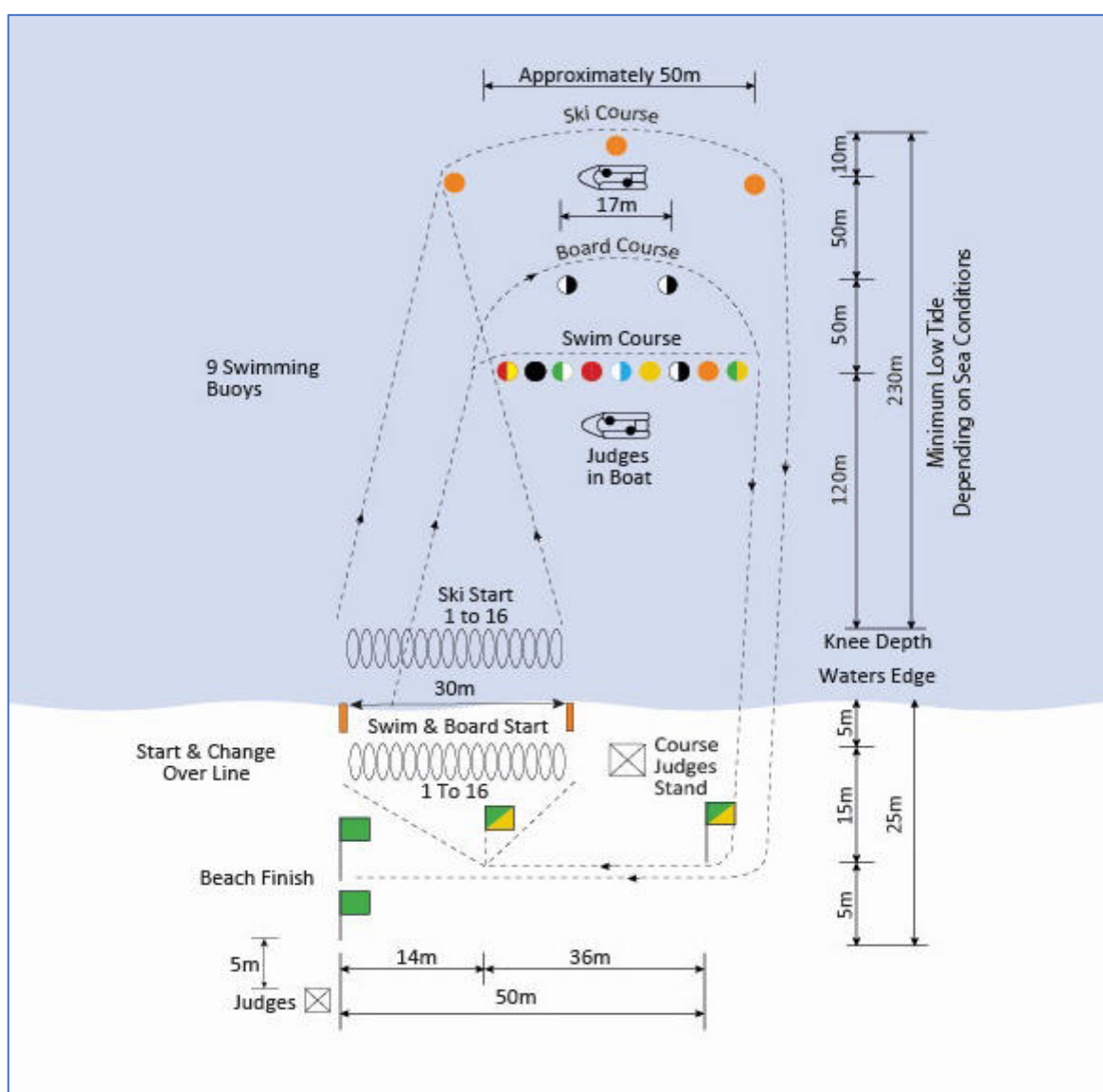
### 5.6.5 Kontakt s vybavením

Soutěžící musí udržovat kontakt s kajakem nebo boardem až k poslední traťové bóji daného úseku. Soutěžící nebudou diskvalifikováni za ztrátu kontaktu s plavidlem při návratu na pláž od poslední bóje. Soutěžící nebudou penalizováni za ztrátu kontaktu s plavidlem v průběhu závodu, pokud získají zpět kontakt s plavidlem, poslední traťovou bóji objedou v kontaktu s plavidlem a úsek řádně dokončí.

### 5.6.6 Diskvalifikace

Vyjma pravidel uvedených v kapitolách 1 – 4, bude mít následující chování za následek diskvalifikaci:

- a) Nedokončení závodu dle popisu disciplíny (DQ 12).



**Diagram 7: Oceanman / Oceanwoman**

(Vzdálenosti jsou pouze orientační.)

**Poznámka:** umístění bójí může být přizpůsobeno převládajícím podmínkám.

## 5.7 Ocean M

### 5.7.1 Popis disciplíny

Soutěžící absolvují disciplínu, která se skládá ze čtyř úseků: plavání, board, kajak a závěrečný běh, které dohromady tvoří trať dlouhou přibližně 1,64 km.

Pokud není v této kapitole uvedeno jinak, platí pro každý úsek pravidla vycházející z daných disciplín (Surf Race, Board Race a Surf Ski Race).

Pokud organizátor nebo soutěžní komise neurčí jinak, pevné pořadí disciplín je stanoveno následovně – plavání, board a kajak. Směr trati je po směru hodinových ručiček.

**Startovní pozice:** soutěžící zahajují plavecký a boardový úsek z jim přidělených pozic. Před zahájením závodu jsou soutěžící povinni rozmístit své závodní vybavení pro jednotlivé úseky podle vylosovaných pozic. Startovní pozice pro board a kajak jsou vzájemně opačné. Například v rozplavbě o 24 soutěžících: soutěžící se startovní pozicí 1 umísťuje board na pozici 1 a kajak na pozici 24.

Startovní pozice plaveckého úseku	1	2	3	4	5	6	7	8	...	24
Startovní pozice boardového úseku	1	2	3	4	5	6	7	8	...	24
Startovní pozice kajakového úseku	24	23	22	21	20	19	18	17	...	1

**Pomocník:** člen z týmu soutěžícího pomáhá s odnesením vybavení soutěžícího z trati závodu. Po dohodě s hlavním rozhodčím může být pomocníkem člen z jiného týmu nebo osoba jinak registrovaná v soutěži.

Pomocník musí:

- f) mít nasazenou plážovou čepici;
- g) mít oblečenou vestu výrazné barvy při vstupu do vody, pokud je vyžadováno pořadatelem;
- h) držet vybavení jak je vyznačeno v diagramu nebo dle instrukce od rozhodčích;
- i) vynaložit maximální úsilí, aby při odnášení soutěžního vybavení nebo svým pohybem v trati nezasáhli do závodu ostatních soutěžících (v opačném případě může dojít k diskvalifikaci soutěžícího);
- j) řídit se pokyny rozhodčích.

### 5.7.2 Trať

Trať závodu je vyznačena na diagramu Ocean M níže.

Pro zajištění spravedlivého startu a cíle je umístění startovní a cílové čáry vzhledem k bójím na uvážení hlavního rozhodčího v závislosti na převládajících podmínkách za předpokladu, že je zajištěn spravedlivý průjezd kolem první bóje pro všechny soutěžící.

**Traťové bóje:** dvě plavecké bóje jsou umístěny přibližně 90 m od okraje vodní hladiny a jsou vzdáleny přibližně 50 m od sebe. Dvě boardové a dvě kajakové bóje jsou umístěny přibližně 50 m, resp. 100 m za plaveckými bójemi. Boardové bóje jsou od sebe vzdáleny přibližně 55 m a kajakové přibližně 60 m. Přibližně 1 m od kajakových bójí ve směru návratu na pláž je přidávána pomocná orientační bóje.

**Obrátkové značení:** velká obrátková bóje (nebo dvě vlajky vzdálené 1 m od sebe) jsou umístěny uprostřed arény na pláži v místě, kde hladina vody sahá přibližně po kolena, jako obrátkový bod uprostřed každého úseku. Pokud na pláži není mělká voda, umísťuje se toto značení na okraj vodní hladiny.

Dvě orientační vlajky na pláži, vzdálené od sebe přibližně 35 m, jsou umístěny na pláži na úrovni traťových bójí, vytvářející půlkruhovou trať pro běh k cílové/předávkové čáře.

**Startovní čára:** je umístěna přibližně 25 m od okraje vody (pokud to podmínky umožňují) a je vyznačena dvěma kúly vzdálenými přibližně 30 m od sebe. Její střed je zarovnan přibližně na úrovni první obrátkové bóje.

**Cíl / cílová čára:** cíl / cílová čára je označena cílovou bránou nebo dvěma vlajkami umístěnými přibližně 5 m od sebe na úrovni prostředku arény a přibližně 20 m od okraje vodní hladiny. Pokud je použita cílová brána, měly by být dvě vlajky umístěny na okraji cílové brány na straně ze směru závodu.

**Poznámka:** v disciplíně Ocean M Lifesaver Relay je cíl / cílová čára současně předávkovou čarou mezi soutěžícími.

**Trať plavání:** plavecká trať začíná na startovní čáře, pokračuje zleva okolo první plavecké bóje, následuje návrat na pláž, oběhnutí obrátkové bóje / obrátkových vlajek na pláži zprava, pokračuje zleva okolo druhé plavecké bóje, následuje návrat na pláž, oběhnutí první orientační vlajky zleva, proběhnutí cílovou čarou / branou, oběhnutí druhé orientační vlajky zleva a zahájení úseku na boardu.

**Trať boardu:** úsek na boardu začíná vyzvednutím boardu umístěného na pláži, pokračuje vběhnutím do vody s boardem, minutím první plavecké bóje zvenku (zleva), zleva okolo první boardové bóje, následuje návrat na pláž, oběhnutí obrátkové bóje / obrátkových vlajek na pláži zprava s boardem, pokračuje minutím druhé plavecké bóje zevnitř (zleva), zleva okolo druhé boardové bóje, následuje návrat na pláž, oběhnutí první orientační vlajky zleva, proběhnutí cílovou čarou / branou, oběhnutí druhé orientační vlajky zleva a zahájení úseku na kajaku.

**Trať kajaku:** úsek na kajaku začíná vyzvednutím kajaku umístěného na pláži, pokračuje vběhnutím do vody s kajakem, minutím první plavecké bóje a první boardové bóje zvenku (zleva), zleva okolo první kajakové bóje, následuje návrat na pláž, oběhnutí obrátkové bóje / obrátkových vlajek na pláži zprava s kajakem, pokračuje minutím druhé plavecké bóje a druhé boardové bóje zevnitř (zleva), zleva okolo druhé kajakové bóje, následuje návrat na pláž, ztráta kajaku, oběhnutí první orientační vlajky zleva a proběhnutí cílovou čarou / branou pro dokončení závodu.

**Trať běhu a cíl:** závod končí poté, co soutěžící dokončí všechny úseky disciplíny. Pro dokončení závodu musí soutěžící vyběhnout z vody po úseku na kajaku, oběhnout zleva první orientační vlajku a proběhnout cílovou čarou / branou.

### 5.7.3 Vybavení

**Kajak, pádlo a board:** viz sekce 6. Závodní vybavení.

**Výměna poškozeného vybavení:** board nebo kajak nesmí být v průběhu úseku vyměněny, pokud nedojde k jejich poškození nebo nezpůsobilosti k závodu. Pomocníci nebo členové týmu mohou pomoci s výměnou poškozeného vybavení, avšak mohou jej přemístit pouze na okraj závodní arény, kde si jej převezme hlavní rozhodčí.

**Odnesení vybavení:** za účelem zajištění bezpečného průběhu závodu mohou členové týmu nebo pomocníci odstranit poškozené nebo opuštěné vybavení z tratě v průběhu závodu, pokud tím nebudou bránit ostatním závodníkům v postupu.

#### 5.7.4 Hodnocení

Soutěžící nesmí při startu a vbíhání do vody a během závodu jakkoliv ohrozit nebo blokovat ostatní soutěžící a bránit jim v průběhu závodu.

Soutěžící se mohou dotknout bójí i lan bójí, ale nesmí se za ně přitahovat a pomáhat si při postupu závodem.

Soutěžící musí dokončit závod na nohou ve vzpřímené pozici. Cíl je posuzován protnutím cílové čáry hrudníkem soutěžícího.

Rozhodčí jsou rozmístěni tak, aby mohli pozorovat průběh závodu a rovněž mohli určit pořadí soutěžících v cíli.

#### 5.7.5 Kontakt s vybavením

Soutěžící musí udržovat kontakt s kajakem nebo boardem až k poslední traťové bóji daného úseku. Soutěžící nebudou diskvalifikováni za ztrátu kontaktu s plavidlem při návratu na pláž od poslední bóje. Soutěžící nebudou penalizováni za ztrátu kontaktu s plavidlem v průběhu závodu, pokud získají zpět kontakt s plavidlem, poslední traťovou bóji objedou v kontaktu s plavidlem a úsek řádně dokončí.

#### 5.7.6 Diskvalifikace

Vyjma pravidel uvedených v kapitolách 1 – 4, bude mít následující chování za následek diskvalifikaci:

- b) Nedokončení závodu dle popisu disciplíny (DQ 12).



## 5.8 Rescue Tube Rescue

### 5.8.1 Popis disciplíny

Štafetový závod čtveřic: oběť, záchranář plavec a dva záchranáři. Na startovní signál oběť vbíhá do vody, plave přibližně 120 metrů k přidělené bójí, dává signál a čeká, až bude zachráněna druhým soutěžícím (záchranářem plavcem), který oběť zapne do pásu a s ploutvemi ji táhne ke břehu. Když se vrací zpět, zbývající dva záchranáři vstupují do vody na pomoc a táhnou/nesou oběť do cíle. Disciplína končí, když první soutěžící z týmu protne cílovou čáru zatímco je v kontaktu s obětí.

- a) **Start:** všichni čtyři soutěžící musí odstartovat ze správné přidělené pozice na startovní/cílové čáře naproti přidělené bójí.

Před startovním signálem musí být záchranář plavec a veškeré vybavení (ploutve a záchranný pás) připraveno na břehu před startovní/cílovou čarou (při pohledu ze břehu). Záchranář plavec drží nebo má nasazený záchranný pás a dle svého uvážení drží ploutve ve svých rukách nebo je má připravené před startovní/cílovou čarou (při pohledu ze břehu). Záchranář plavec může mít nasazený záchranný pás buď pomocí smyčky přes jedno nebo obě ramena nebo přes rameno a hrudník – je na uvážení soutěžícího. Záchranář plavec si nesmí nasadit ploutve před protnutím startovní čáry.

- b) **První soutěžící – oběť:** na startovní signál oběť vbíhá do vody a plave k přidělené bójí. Dosažení bóje signalizuje zdvižením ruky, zatímco druhou rukou je s přidělenou bójí v kontaktu. Oběť následně čeká ve vodě za bójí (při pohledu ze břehu). Oběti signalizující od špatné bóje budou diskvalifikovány.

**Poznámka 1:** bóje je definována jako bóje sama o sobě bez kotvících lan a popruhů. Soutěžící se musí viditelně dotknout bóje nad vodní hladinou než dá signál, že dosáhl bóje.

- c) Hlavní rozhodčí může stanovit alternativní signál, jak může oběť oznámit, že dosáhla přidělené bóje.
- d) **Druhý soutěžící – záchranář plavec:** na signál oběti o dosažení přidělené bóje záchranář plavec protíná startovní čáru. Dle vlastního uvážení si nasazuje soutěžní vybavení a plave k oběti za přidělenou bójí (při pohledu ze břehu). Bójí obeplouvá po směru hodinových ručiček (po pravé ruce). Záchranář plavec za bójí (při pohledu ze břehu) řádně zapíná oběť do záchranného pásu okolo jejího těla pod oběma pažemi do O-kroužku. Při zapínání do pásu může oběť pomáhat, může také zapnout karabinu. S obětí řádně zapnutou do pásu obeplouvá záchranář plavec ve směru hodinových ručiček bójí a táhne oběť zpět na břeh.

**Poznámka 1:** oběť musí být řádně zapnuta do pásu za bójí (při pohledu ze břehu).

**Poznámka 2:** oběť musí být tažena v pozici na zádech a nemůže být tažena jinak než řádně zapnuta do záchranného pásu.

**Poznámka 3:** oběť může dopomáhat tzv. „scullingem“ (tj. drobným pohybem paží pod vodou podél těla v pozici na zádech). Oběť dále může dopomáhat kopáním, nicméně nesmí plavat znakem nebo jiným plaveckým stylem, kdy dochází k přenosu paží nad vodní hladinou.

Pokud oběť natáhne paže za/před svou hlavu pro efektivnější pohyb nebo svou ochranu, není to důvodem k diskvalifikaci.

- e) **Záchranáři:** jakmile záchranář plavec zapne oběť do záchranného pásu a začne ji táhnout ke břehu, oba záchranáři, dle vlastního uvážení, mohou překročit startovní čáru, vstoupit do vody a asistovat při vytahování oběti na břeh.

- f) Oběť musí být tažena nebo donesena do cíle.
- g) **Cíl:** závod končí v okamžiku, kdy první soutěžící z týmu, v kontaktu s obětí, protne hrudníkem cílovou čáru na nohou ve vzpřímené pozici (oběť nemusí být v kontaktu se záchranným pásem).

**Poznámka 1:** není nutné, aby záchranař plavec asistoval záchranařům při vytahování oběti do cíle nebo aby protnul cílovou čáru.

**Poznámka 2:** ačkoliv oběť nemusí protnout cílovou čáru, od všech soutěžních týmů se žádá, aby neprodleně pokračovaly dál na břeh za cílovou čáru, spolupracovaly s rozhodčími a umožnily dokončení disciplíny ostatním týmům.

**Poznámka 3:** oběť nikdy nesmí dopomáhat chůzí nebo během, ale při tažení nebo nesení na břeh může pomoci zvednutím nohou.

- h) Záchranař plavec a záchranaři, kteří dříve protнули startovní čáru (z jakéhokoliv důvodu) nebudou diskvalifikováni, pokud se před zahájením svého úseku vrátí zpět před startovní/cílovou čáru (při pohledu ze břehu).
- i) Na startu může záchranař plavec umístit záchranný pás a ploutve před startovní čáru (při pohledu ze břehu) nebo je může držet ve svých rukách. Popruh od záchranného může být řádně nasazen.
- j) Pouze záchranař plavec může používat ploutve. Záchranaři nesmí používat žádné vybavení ani ploutve.

### 5.8.2 Trať

Trať závodu je vyznačena na diagramu Rescue Tube Rescue níže.

Záchranaři plavci musí objet okolo přidělených bójí ve směru hodinových ručiček (po pravé ruce) pokud hlavní rozhodčí neurčí jinak před zahájením závodu.

**Startovní / cílová čára:** je vyznačena čárou v písku mezi dvěma kůly se zelenou (nebo v barvě arény) vlajkou. Případně může být startovní čára vyznačena nataženým lanem výrazné barvy mezi dvěma kůly vzdálenými od sebe přibližně 54 m a umístěnými v blízkosti okraje vodní hladiny. Pro zajištění spravedlivého startu a cíle je umístění startovní a cílové čáry vzhledem k bójím na uvážení hlavního rozhodčího v závislosti na převládajících podmínkách. Pokud je jako startovní čára použito natažené lano, je možné jej před samotným startem po vyrovnání soutěžících odstranit, neboť hrozí riziko zaseknutí karabiny záchranného pásu.

**Traťové bóje:** jsou umístěny jako v disciplíně Surf Race, aby byly zajištěny vyvážené a spravedlivé podmínky soutěže vzhledem k profilu vodního dna.

### 5.8.3 Vybavení

**Záchranný pás, ploutve:** viz sekce 6. Závodní vybavení.

Pokud není stanoveno jinak, soutěžící musí používat záchranné pásy dodané pořadatelem.

### 5.8.4 Posuzování

Soutěžící nesmí při startu a vbíhání do vody a během závodu jakkoliv ohrozit nebo blokovat ostatní soutěžící a bránit jim v průběhu závodu.

Soutěžící se mohou dotknout bójí i lan bójí, ale nesmí se za ně přitahovat a pomáhat si při postupu závodem k dosažení přidělené bóje.

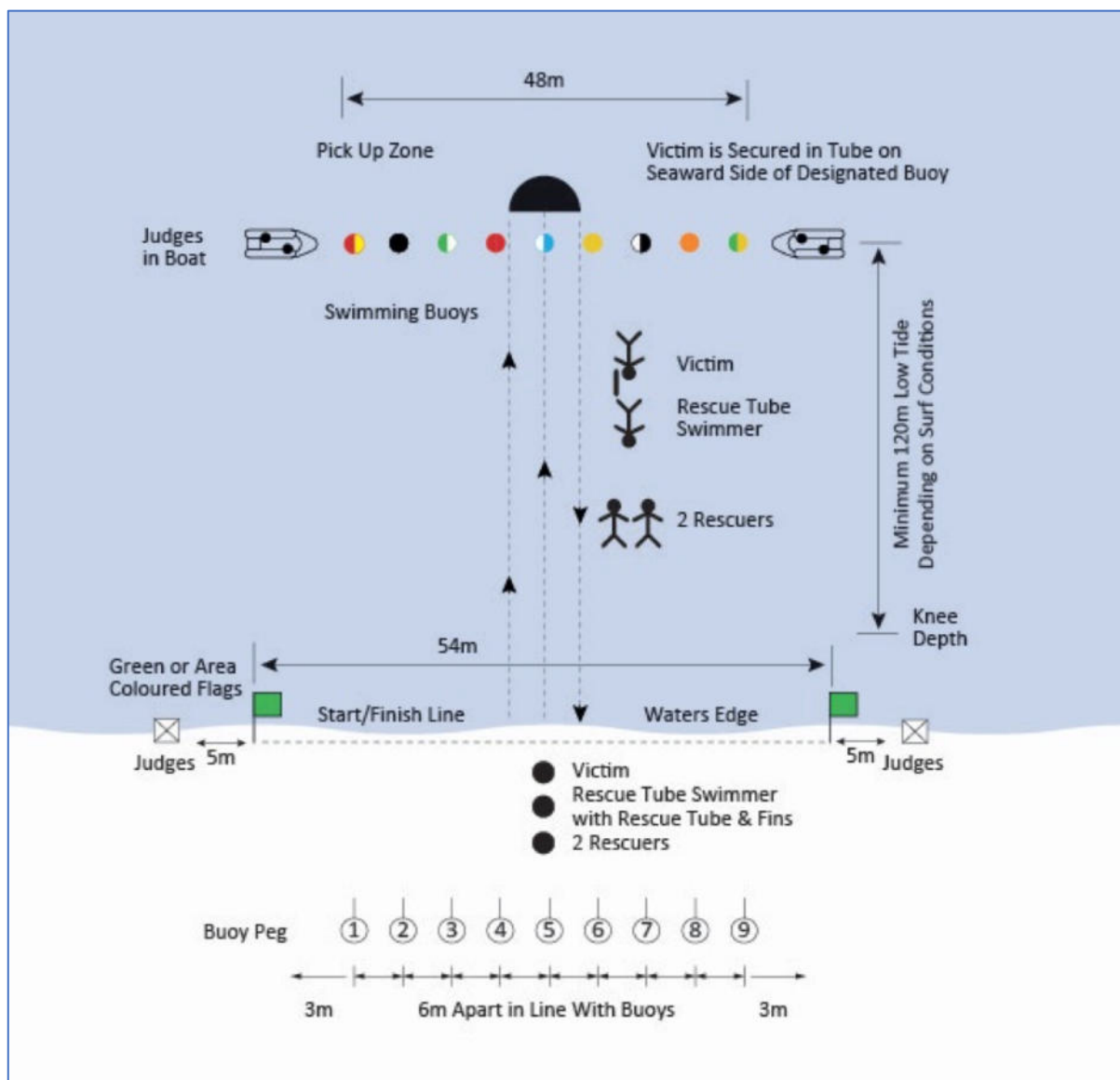
První soutěžící musí dokončit závod na nohou ve vzpřímené pozici. Cíl je posuzován protnutím cílové čáry hrudníkem prvního soutěžícího z týmu, který je v kontaktu s obětí.

Rozhodčí jsou rozmístěni tak, aby mohli pozorovat průběh závodu a rovněž mohli určit pořadí soutěžících v cíli.

### 5.8.5 Diskvalifikace

Vyjma pravidel uvedených v kapitolách 1 – 4, bude mít následující chování za následek diskvalifikaci:

- a) Nedokončení závodu dle popisu disciplíny (DQ 12).



**Diagram 9: Rescue Tube Rescue**

(Vzdálenosti jsou pouze orientační.)

**Poznámka:** umístění bójí může být přizpůsobeno převládajícím podmínkám.

## 5.9 Beach Relay

### 5.9.1 Popis disciplíny

Čtyřčlenné týmy soutěží ve štafetovém běhu s kolíkem na trati dlouhé 4 x 90 m. Před startem se připraví dva a dva členové týmu na obou okrajích jim přidělené běžecké dráhy.

Po zaznění startovního signálu soutěžící běží svůj 90m úsek závodu s kolíkem v jedné ruce, který v závěru prvního, druhého, resp. třetího úseku předává dalšímu soutěžícímu. Všichni soutěžící musí dokončit svůj úsek na nohou ve vzpřímené pozici **v kontaktu s kolíkem**.

**Start:** použití atletických startovních bloků není povoleno, nicméně soutěžící si mohou vyhrabat díry nebo malé hromádky z písku, aby si usnadnili start. Soutěžícím k usnadnění startu není dovoleno používat jiný materiál než písek. Soutěžící mohou zarovnat nebo udušat písek ve svých drahách.

**Poznámka:** v případě konání disciplíny na atletické dráze je možné použití atletických startovních bloků.

### 5.9.2 Předávky

Kolík musí být předán následujícím způsobem:

- a) Předávající soutěžící musí donést kolík až k předávkové čáře (kolík nesmí být přebírajícímu soutěžícímu hozen).
- b) Soutěžící přebírající kolík při první/druhý/třetí předávce mohou při přebírání kolíku být v pohybu, nicméně pokud jakoukoliv částí těla protnou předávkovou čáru dříve, než převezmou kolík, budou diskvalifikováni.
- c) Pokud při předávce (nebo kdekoliv jinde na trati) dojde ke ztrátě kolíku, přebírající soutěžící může kolík znovu sebrat (za předpokladu, že nenaruší závod ostatním soutěžícím) a může pokračovat v závodě ve své dráze.

### 5.9.3 Trať

Trať závodu je vyznačena na diagramu Beach Relay níže.

Trať disciplíny Beach Sprint měří od startovní po cílovou čáru, každého úseku, 90 m. U startu a cíle je k dispozici oblast o přibližné délce 20 m pro potřeby pomocného startéra a doběhnutí.

Trať má obdélníkový tvar a je zarovnána tak, aby všichni soutěžící běželi stejnou vzdálenost. Závodní oblast je vyznačena čtyřmi 2m kůly výrazné barvy.

**Startovní / cílová čára:** je vyznačena čárou v písku mezi dvěma kůly s červeno-černou (nebo v barvě arény) vlajkou.

**Běžecké dráhy:** jsou odděleny barevnými lany, která leží v písku a umožňují soutěžícím udržet přímý směr. Jednotlivá lana jsou položena 1,8 m od sebe s tím, že minimální možná rozteč je 1,5 m.

**Číselné značky:** označující číslo trati jsou rozmístěny před startovní a za cílovou čárou.

**Čára pro řazení soutěžících:** musí být vyznačena 5 m za startovní čárou a rovnoběžně s ní, pomocí 2m kůlů.

#### 5.9.4 Vybavení

**Beach flag (kolík):** viz sekce 6. Závodní vybavení.

Soutěžící mohou být oblečeni do kraťasů a triček dle svého uvážení.

V případě konání disciplíny na atletické dráze je možné použití sportovní obuvi.

Po soutěžících může být vyžadováno, aby si navlékly barevné rozlišovací dresy pro usnadnění určení pořadí v cíli.

#### 5.9.5 Posuzování

Soutěžící nesmí v průběhu závodu narušit závod ostatním soutěžícím.

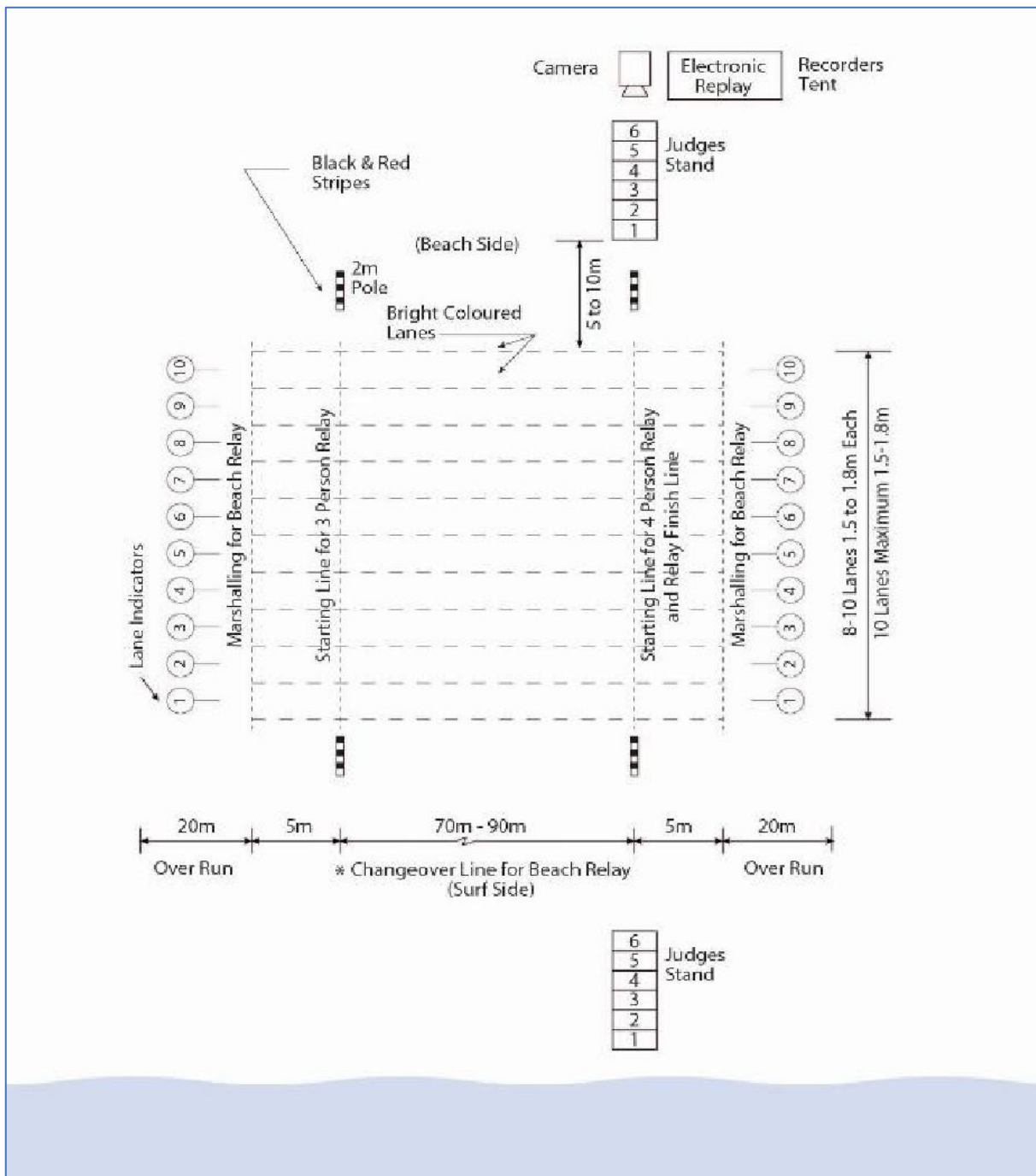
Poslední soutěžící musí dokončit závod na nohou ve vzpřímené pozici. Cíl je posuzován protnutím cílové čáry hrudníkem soutěžícího.

Rozhodčí jsou rozmístěni tak, aby mohli pozorovat průběh závodu a rovněž mohli určit pořadí soutěžících v cíli.

#### 5.9.6 Diskvalifikace

Vyjma pravidel uvedených v kapitolách 1 – 4, bude mít následující chování za následek diskvalifikaci:

- a) Nedokončení závodu dle popisu disciplíny (DQ 12).



**Diagram 10: Beach Relay**

(Vzdálenosti jsou pouze orientační.)

## 5.10 Board Rescue

### 5.10.1 Popis disciplíny

Štafetový závod dvojic, kdy první soutěžící (oběť) na startovní signál vbíhá do vody a plave přibližně 120 m k přidělené bóji, dává signál a čeká, až bude zachráněn druhým soutěžícím (záchranářem) na boardu. Oba společně pádlují na boardu zpátky. Disciplína končí, když první soutěžící protne cílovou čáru na břehu zatímco jsou oba soutěžící v kontaktu s boardem.

- c) **Start:** oba soutěžící musí odstartovat ze správné přidělené pozice na startovní/cílové čáře naproti přidělené bóji.
- d) **První soutěžící – oběť:** na startovní signál oběť vbíhá do vody a plave k přidělené bóji. Dosažení bóje signalizuje zdvižením ruky, zatímco druhou rukou je s přidělenou bójí v kontaktu. Oběť následně čeká ve vodě za bójí (při pohledu ze břehu). Oběti signalizující od špatné bóje budou diskvalifikovány.

**Poznámka 1:** bóje je definována jako bóje sama o sobě bez kotvících lan a popruhů. Soutěžící se musí viditelně dotknout bóje nad vodní hladinou než dá signál, že dosáhl bóje.

- e) Hlavní rozhodčí může stanovit alternativní signál, jak může oběť oznámit, že dosáhla přidělené bóje.
- f) **Druhý soutěžící – záchranář:** na signál oběti o dosažení přidělené bóje záchranář protíná startovní čáru. Vbíhá do vody s boardem a pádluje na boardu k oběti za přidělenou bójí (při pohledu ze břehu). Oběť musí navázat kontakt s boardem v místě za přidělenou bójí (při pohledu ze břehu). Před návratem s obětí zpět na břeh musí board objet bóji ve směru hodinových ručiček (po pravé ruce). V průběhu nalézání oběti na board je dovoleno, aby board přesahoval přes bóji směrem ke břehu.
- g) Oběť může na boardu zaujmout pozici na přídi nebo na zádi. Oběť může při návratu na břeh dopomáhat pádlováním.

**Poznámka:** záchranáři i oběti mohou při návratu ztratit kontakt s boardem, nicméně oba musí být s boardem v kontaktu při protínání cílové čáry.

- h) **Cíl:** závod končí v okamžiku, kdy první soutěžící z dvojice, v kontaktu s boardem, protne hrudníkem cílovou čáru na nohou ve vzpřímené pozici. Při protnutí cílové čáry prvním soutěžícím musí být oba soutěžící v kontaktu s boardem.

**Poznámka 1:** není nutné, aby druhý soutěžící protnul cílovou čáru na nohou ve vzpřímené pozici, ani v kontaktu s boardem.

**Poznámka 2:** ačkoliv druhý soutěžící nemusí protnout cílovou čáru, od všech soutěžních týmů se žádá, aby neprodleně pokračovaly dál na břeh za cílovou čáru, spolupracovaly s rozhodčími a umožnily dokončení disciplíny ostatním týmům.

- i) Záchranář nesmí vystartovat před signalizací oběti o dosažení bóje. Záchranář, který dříve protnul startovní čáru (z jakéhokoliv důvodu) nebude diskvalifikován, pokud se před zahájením svého úseku vrátí zpět před startovní/cílovou čáru (při pohledu ze břehu).

### 5.10.2 Trať

Trať závodu je vyznačena na diagramu Board Rescue níže.

Boardy musí objet okolo přidělených bójí ve směru hodinových ručiček (po pravé ruce) pokud hlavní rozhodčí neurčí jinak před zahájením závodu.

**Startovní / cílová čára:** je vyznačena čarou v písku mezi dvěma kůly se zelenou (nebo v barvě arény) vlajkou. Případně může být startovní čára vyznačena nataženým lanem výrazné barvy mezi dvěma kůly vzdálenými od sebe přibližně 54 m a umístěnými v blízkosti okraje vodní hladiny. Pro zajištění spravedlivého startu a cíle je umístění startovní a cílové čáry vzhledem k bójím na uvážení hlavního rozhodčího v závislosti na převládajících podmínkách. Pokud je jako startovní čára použito natažené lano, je možné jej před samotným startem po vyrovnání soutěžících odstranit, neboť hrozí riziko zakopnutí nebo zaseknutí karabiny záchranného pásu.

**Trat'ové bóje:** jsou umístěny jako v disciplíně Surf Race, aby byly zajištěny vyvážené a spravedlivé podmínky soutěže vzhledem k profilu vodního dna.

### 5.10.3 Vybavení

**Board:** viz sekce 6. Závodní vybavení.

Použití náhradního boardu je povoleno. Vybavení může být přineseno k okraji vodní hladiny za předpokladu, že soutěžící znovu odstartuje od startovní čáry. Náhradní board může být připraven jiným členem týmu, avšak nesmí jakkoliv narušit průběh závodu.

### 5.10.4 Posuzování

Soutěžící nesmí při startu a vbíhání do vody a během závodu jakkoliv ohrozit nebo blokovat ostatní soutěžící a bránit jim v průběhu závodu.

Soutěžící se mohou dotknout bójí i lan bójí, ale nesmí se za ně přitahovat a pomáhat si při postupu závodem.

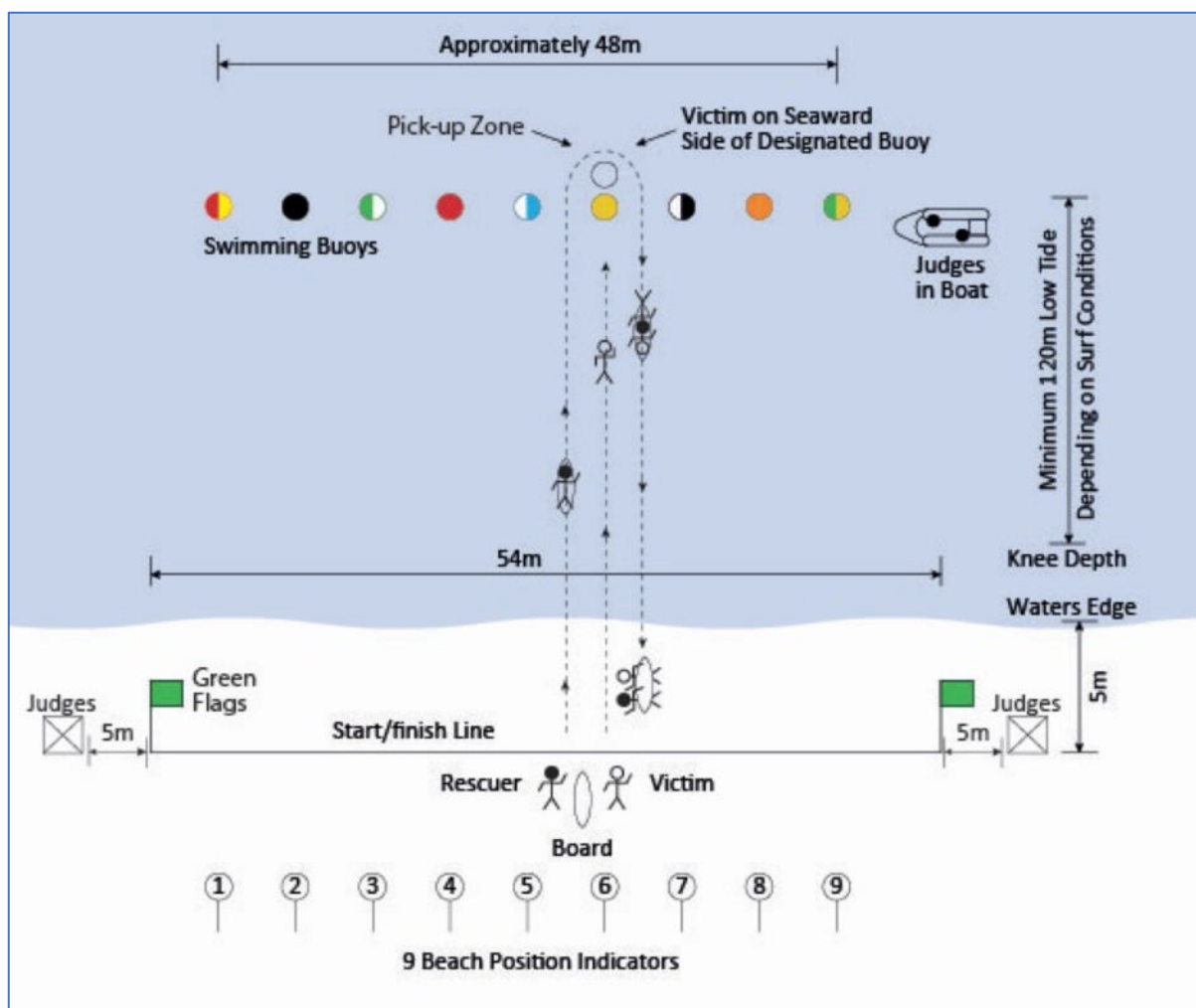
První soutěžící musí dokončit závod na nohou ve vzpřímené pozici. Cíl je posuzován protnutím cílové čáry hrudníkem prvního soutěžícího z týmu, který je v kontaktu s boardem.

Rozhodčí jsou rozmístěni tak, aby mohli pozorovat průběh závodu a rovněž mohli určit pořadí soutěžících v cíli.

### 5.10.5 Diskvalifikace

Vyjma pravidel uvedených v kapitolách 1 – 4, bude mít následující chování za následek diskvalifikaci:

- a) Nedokončení závodu dle popisu disciplíny (DQ 12).



**Diagram 11: Board Rescue**

(Vzdálenosti jsou pouze orientační.)

**Poznámka:** umístění bójí může být přizpůsobeno převládajícím podmínkám.

## 5.11 Oceanman / Oceanwoman Relay

### 5.11.1 Popis disciplíny

Štafetový závod čtveřic, který vychází z pravidel disciplíny Oceanman / Oceanwoman.

Pokud není v této kapitole uvedeno jinak, platí pro každý úsek pravidla vycházející z daných disciplín (Surf Race, Board Race a Surf Ski Race).

Čtyřčlenný tým je složený ze soutěžících, kdy jeden soutěžící absolvuje plavecký úsek, jeden úsek na boardu, jeden úsek na kajaku a poslední absolvuje běžecký úsek.

Pořadí jednotlivých úseků se losuje před zahájením závodu. Výsledné pořadí úseků platí jak pro Oceanman/Oceanwoman, tak pro Oceanman/Oceanwoman Relay.

Pokud je prvním úsekem kajak, soutěžící startují z vody. Běh je vždy posledním úsekem.

**Startovní pozice:** soutěžící zahajují první úsek z jim přidělených pozic. Před zahájením závodu jsou soutěžící povinni rozmístit své závodní vybavení pro jednotlivé úseky podle vylosovaných pozic. Startovní pozice pro board a kajak jsou vzájemně opačné. Například v rozplavbě o 16 soutěžících: soutěžící se startovní pozicí 1 umísťuje první kus vybavení (board/kajak) na pozici 1 a druhý kus vybavení (board/kajak) umísťuje na pozici 16.

**Poznámka:** pokud je plavecký úsek druhý nebo třetí v pořadí, soutěžící zahajují tento úsek ze stejné startovní pozice jako jim bylo přiděleno pro úsek předcházející.

Startovní pozice prvního úseku s vybavením	1	2	3	4	5	6	7	8	...	16
Startovní pozice druhého úseku s vybavením	16	15	14	13	12	11	10	9	...	1

**Pomocník:** člen z týmu soutěžícího pomáhá s odnesením vybavení soutěžícího z tratě závodu. Po dohodě s hlavním rozhodčím může být pomocníkem člen z jiného týmu nebo osoba jinak registrovaná v soutěži.

Pomocník musí:

- mít nasazenou plážovou čepici;
- mít oblečenou vestu výrazné barvy při vstupu do vody, pokud je vyžadováno pořadatelem;
- držet vybavení jak je vyznačeno v diagramu nebo dle instrukce od rozhodčích;
- vynaložit maximální úsilí, aby při odnášení soutěžního vybavení nebo svým pohybem v trati nezasáhli do závodu ostatních soutěžících (v opačném případě může dojít k diskvalifikaci soutěžícího);
- řídít se pokyny rozhodčích.

### 5.11.2 Trať

Trať závodu je vyznačena na diagramu Oceanman / Oceanwoman Relay níže.

Pro zajištění spravedlivého startu a cíle je umístění startovní a cílové čáry vzhledem k bójím na uvážení hlavního rozhodčího v závislosti na převládajících podmínkách za předpokladu, že je zajištěn spravedlivý průjezd kolem první bóje pro všechny soutěžící.

Následující popis tratě uvažuje vylosované pořadí úseků: **plavání – board – kajak – běh.**

**Trat'ové bóje:** plavecké bóje jsou umístěny minimálně 120 m od místa, kde hladina vody sahá přibližně po kolena. Boardové a kajakové bóje jsou umístěny přibližně 50 m, resp. 100 m za plaveckými bójemi. Dvě boardové bóje jsou vzdálené přibližně 17 m od sebe a dvě kajakové bóje jsou vzdálené přibližně 50 m od sebe, třetí kajaková bóje je umístěna uprostřed mezi krajními kajakovými bójemi přibližně 10 m dále od břehu.

**Orientační značení:** dvě orientační vlajky jsou umístěny na pláži přibližně 20 m od okraje vody. Jedna je umístěna na úrovni druhé plavecké bóje a druhá je umístěna na úrovni předposlední plavecké bóje.

**Startovní čára:** je umístěna přibližně 5 m od okraje vody a je vyznačena dvěma kúly vzdálenými přibližně 30 m od sebe. Její střed je zarovnan přibližně na úrovni první plavecké bóje. Startovní čára na břehu slouží pro start pokud je prvním úsekem plavání nebo board. V případě, že je prvním úsekem kajak, startuje se z vody. Pokud je prvním úsekem plavání, boardy jsou před boardovým úsekem umístěny na startovní čáře.

**Poznámka:** v disciplíně Oceanman / Oceanwoman Relay je startovní čára současně předávkovou čarou.

**Cíl / cílová čára:** cíl / cílová čára je označena cílovou bránou nebo dvěma vlajkami umístěnými přibližně 5 m od sebe, kolmo k okraji vodní hladiny a přibližně 50 m od první obrátkové vlajky.

**Trat' plavání:** plavecká část začíná na startovní čáře, pokračuje zleva okolo plaveckých bójí, následuje návrat na pláž a oběhnutí orientačních vlajek zleva. Soutěžící se dotýká druhého soutěžícího, který je připraven s boardem na startovní / předávkové čáře.

**Trat' boardu:** úsek na boardu začíná na startovní čáře, pokračuje vběhnutím do vody s boardem, minutím první plavecké bóje zleva, zleva okolo boardových bójí, zleva okolo poslední plavecké bóje, následuje návrat na pláž a oběhnutí orientačních vlajek zleva. Soutěžící se dotýká třetího soutěžícího, který je připraven s kajakem ve vodě v místě, kde hladina vody sahá přibližně po kolena. Soutěžící mohou nechat board na okraji vody.

**Trat' kajaku:** úsek na kajaku začíná v místě, kde hladina vody sahá přibližně po kolena s kajakem připraveným ve vodě, pokračuje minutím plaveckých a boardových bójí zleva, zleva okolo kajakových bójí, zleva okolo boardových a plaveckých bójí, následuje návrat na pláž a oběhnutí orientačních vlajek zleva. Soutěžící nesmí projet skrz řady boardových a plaveckých bójí. Soutěžící se dotýká čtvrtého soutěžícího, běžce, který je připraven na okraji vody nebo ve vodě. K dotyku může dojít kdekoli mezi poslední plaveckou bójí a první orientační vlajkou.

**Trat' běhu:** pro dokončení závodu poslední soutěžící obíhá zleva obě orientační vlajky a probíhá cílovou čarou / branou.

**Poznámka:** všechny předávky musí být provedeny dotykem viditelně nad vodní hladinou.

**Poznámka:** běžci mohou vstoupit do vody a mohou se vodou „brodit“, odrážet se ode dna, provádět tzv. „duck dive“\* nebo chytat vlny, nicméně nesmějí plavat nebo provádět plavecká tempa se záběrem rukou přes hlavu (včetně provádění temp přes hlavu při chytání vln).

\*při odrážení se ode dna a skákání vodou je povoleno přenesení rukou dopředu v rámci tzv. „duck dive“.

### 5.11.3 Vybavení

**Kajak, pádlo a board:** viz sekce 6. Závodní vybavení.

**Výměna poškozeného vybavení:** board nebo kajak nesmí být v průběhu úseku vyměněny, pokud nedojde k jejich poškození nebo nezpůsobilosti k závodě. Pomocníci nebo členové týmu mohou pomoci s výměnou poškozeného vybavení, avšak mohou jej přemístit pouze na okraj závodní areny, kde si jej převezme hlavní rozhodčí.

**Odnesení vybavení:** za účelem zajištění bezpečného průběhu závodu mohou členové týmu nebo pomocníci odstranit poškozené nebo opuštěné vybavení z tratě v průběhu závodu, pokud tím nebudou bránit ostatním závodníkům v postupu.

### 5.11.4 Hodnocení

Soutěžící nesmí při startu a vbíhání do vody a během závodu jakkoliv ohrozit nebo blokovat ostatní soutěžící a bránit jim v průběhu závodu.

Soutěžící se mohou dotknout bójí i lan bójí, ale nesmí se za ně přitahovat a pomáhat si při postupu závodem.

Soutěžící musí dokončit závod na nohou ve vzpřímené pozici. Cíl je posuzován protnutím cílové čáry hrudníkem soutěžícího.

Rozhodčí jsou rozmístěni tak, aby mohli pozorovat průběh závodu a rovněž mohli určit pořadí soutěžících v cíli.

### 5.11.5 Diskvalifikace

Vyjma pravidel uvedených v kapitolách 1 – 4, bude mít následující chování za následek diskvalifikaci:

- a) Nedokončení závodu dle popisu disciplíny (DQ 12).



## 5.12 Ocean M Lifesaver Relay

### 5.12.1 Popis disciplíny

Štafetový závod čtveřic, který vychází z pravidel disciplíny Ocean M.

Mimo níže zmíněné odlišnosti se pravidla disciplín shodují.

Čtyřčlenný tým je složený ze soutěžících, kdy první soutěžící absolvuje všechny čtyři běžecké úseky, druhý soutěžící absolvuje plavecký úsek, třetí soutěžící absolvuje úsek na boardu a čtvrtý soutěžící absolvuje úsek na kajaku.

Pokud organizátor nebo soutěžní komise neurčí jinak, pevné pořadí disciplín je stanoveno následovně: běh – plavání – běh – board – běh – kajak – běh. Směr trati je po směru hodinových ručiček.

Pokud hlavní rozhodčí neurčí jinak, běžec nesmí používat obuv.

**Poznámka:** disciplína může být smíšená, v takovém případě v každém týmu musí být 2 ženy a 2 muži. Každý tým si volí obsazení úseků soutěžícími dle pohlaví dle svého uvážení.

**Startovní pozice:** soutěžící zahajují plavecký a boardový úsek z jim přidělených pozic. Před zahájením závodu jsou soutěžící povinni rozmístit své závodní vybavení pro jednotlivé úseky podle vylosovaných pozic. Startovní pozice pro board a kajak jsou vzájemně opačné. Například v rozplavbě o 24 soutěžících: soutěžící se startovní pozicí 1 umísťuje board na pozici 1 a kajak na pozici 24.

Startovní pozice plaveckého úseku	1	2	3	4	5	6	7	8	...	24
Startovní pozice boardového úseku	1	2	3	4	5	6	7	8	...	24
Startovní pozice kajakového úseku	24	23	22	21	20	19	18	17	...	1

**Pomocník:** člen z týmu soutěžícího pomáhá s odnesením vybavení soutěžícího z tratě závodu. Po dohodě s hlavním rozhodčím může být pomocníkem člen z jiného týmu nebo osoba jinak registrovaná v soutěži.

Pomocník musí:

- mít nasazenou plážovou čepici;
- mít oblečenou vestu výrazné barvy při vstupu do vody, pokud je vyžadováno pořadatelem;
- držet vybavení jak je vyznačeno v diagramu nebo dle instrukce od rozhodčích;
- vynaložit maximální úsilí, aby při odnášení soutěžního vybavení nebo svým pohybem v trati nezasáhli do závodu ostatních soutěžících (v opačném případě může dojít k diskvalifikaci soutěžícího);
- řídít se pokyny rozhodčích.

### 5.12.2 Trať

Trať závodu je vyznačena na diagramu Ocean M Lifesaver Relay níže.

Pro zajištění spravedlivého startu a cíle je umístění startovní a cílové čáry vzhledem k bójím na uvážení hlavního rozhodčího v závislosti na převládajících podmínkách za předpokladu, že je zajištěn spravedlivý průjezd kolem první bóje pro všechny soutěžící.

**Traťové bóje:** dvě plavecké bóje jsou umístěny přibližně 90 m od okraje vodní hladiny a jsou vzdáleny přibližně 50 m od sebe. Dvě boardové a dvě kajakové bóje jsou umístěny přibližně 50 m, resp. 100 m za plaveckými bójemi. Boardové bóje jsou od sebe vzdáleny přibližně 55 m a kajakové přibližně 60 m. Přibližně 1 m od kajakových bójí ve směru návratu na pláž je přidávána pomocná orientační bóje.

**Obrátkové značení:** velká obrátková bóje (nebo dvě vlajky vzdálené 1 m od sebe) jsou umístěny uprostřed arény, na pláži, v místě, kde hladina vody sahá přibližně po kolena, jako obrátkový bod uprostřed každého úseku. Pokud na pláži není mělká voda, umísťuje se toto značení na okraj vodní hladiny.

Dvě orientační vlajky na pláži, vzdálené od sebe přibližně 35 m, jsou umístěny na pláži na úrovni traťových bójí, vytvářející půlkruhovou trať pro běh k cílové/předávkové čáře.

**Startovní čára:** je umístěna přibližně 50 m od okraje vody (pokud to podmínky umožňují) a je vyznačena dvěma kúly vzdálenými přibližně 30 m od sebe. Její střed je zarovnán přibližně na úrovni první obrátkové bóje.

**Cíl / cílová čára:** cíl / cílová čára je označena cílovou bránou nebo dvěma vlajkami umístěnými přibližně 5 m od sebe na úrovni prostředku arény a přibližně 20 m od okraje vodní hladiny. Pokud je použita cílová brána, měly by být dvě vlajky umístěny na okraji cílové brány na straně ze směru závodu.

**Poznámka:** v disciplíně Ocean M Lifesaver Relay je cíl / cílová čára současně předávkovou čarou mezi soutěžícími.

**První běžecký úsek:** závod začíná přibližně 50m během, který je veden od startovní čáry, umístěné v levé části arény. Běžci se viditelně dotýkají druhého soutěžícího z týmu (plavce), který stojí dle vlastního uvážení u okraje vodní hladiny nebo ve vodě.

**Poznámka:** běžci mohou vstoupit do vody a mohou se vodou „brodit“, odrážet se ode dna, provádět tzv. „duck dive“\* nebo chytat vlny a běžet k předávce. Nicméně před dotykem soutěžícího, který zahajuje nebo dokončuje jeden z úseků – plavání, board a kajak – nesmějí plavat nebo provádět plavecká tempa se záběrem rukou přes hlavu (včetně provádění temp přes hlavu při chytání vln). Tato poznámka platí pro každou z předávek mezi běžcem a ostatními soutěžícími.

*\*při odrážení se ode dna a skákání vodou je povoleno přenesení rukou dopředu v rámci tzv. „duck dive“.*

**Plavecký úsek:** plavci plavou trať okolo plaveckých bójí ve tvaru M, vrací se na pláž a viditelně se dotýkají běžce. Dotyk může být proveden kdekoliv mezi poslední plaveckou bójí a první orientační vlajkou.

**Druhý běžecký úsek:** běžci obíhají první orientační vlajku zleva, probíhají cílovou čarou / branou, obíhají druhou orientační vlajku zleva a viditelně se dotýkají soutěžícího s boardem, který se svým boardem stojí dle vlastního uvážení na okraji vodní hladiny nebo ve vodě.

**Úsek na boardu:** soutěžící s boardy obeplouvají boardovou trať ve tvaru M, vrací se na pláž a viditelně se dotýkají běžce. Dotyk může být proveden kdekoliv mezi poslední plaveckou bójí a první plážovou značkou.

**Třetí běžecký úsek:** běžci obíhají první orientační vlajku zleva, probíhají cílovou čarou / branou, obíhají druhou orientační vlajku zleva a viditelně se dotýkají kajakáře, který se svým kajakem stojí dle vlastního uvážení na okraji vodní hladiny nebo ve vodě.

**Úsek na kajaku:** kajakáři obeplouvají kajakovou trať ve tvaru M, vrací se na pláž a viditelně se dotýkají běžce. Dotyk může být proveden kdekoliv mezi poslední plaveckou bójí a první plážovou značkou.

**Čtvrtý běžecký úsek a cíl:** závod je zakončen závěrečným během. Pro dokončení závodu musí běžec vyběhnout z vody po předávce z úseku na kajaku, oběhnout zleva první orientační vlajku a proběhnout cílovou čarou / branou.

### 5.12.3 Vybavení

**Kajak, pádlo a board:** viz sekce 6. Závodní vybavení.

**Výměna poškozeného vybavení:** board nebo kajak nesmí být v průběhu úseku vyměněny, pokud nedojde k jejich poškození nebo nezpůsobilosti k závodu. Pomocníci nebo členové týmu mohou pomoci s výměnou poškozeného vybavení, avšak mohou jej přemístit pouze na okraj závodní areny, kde si jej převezme hlavní rozhodčí.

**Odnesení vybavení:** za účelem zajištění bezpečného průběhu závodu mohou členové týmu nebo pomocníci odstranit poškozené nebo opuštěné vybavení z tratě v průběhu závodu, pokud tím nebudou bránit ostatním závodníkům v postupu.

### 5.12.4 Hodnocení

Soutěžící nesmí při startu a vbíhání do vody a během závodu jakkoliv ohrozit nebo blokovat ostatní soutěžící a bránit jim v průběhu závodu.

Soutěžící se mohou dotknout bójí i lan bójí, ale nesmí se za ně přitahovat a pomáhat si při postupu závodem.

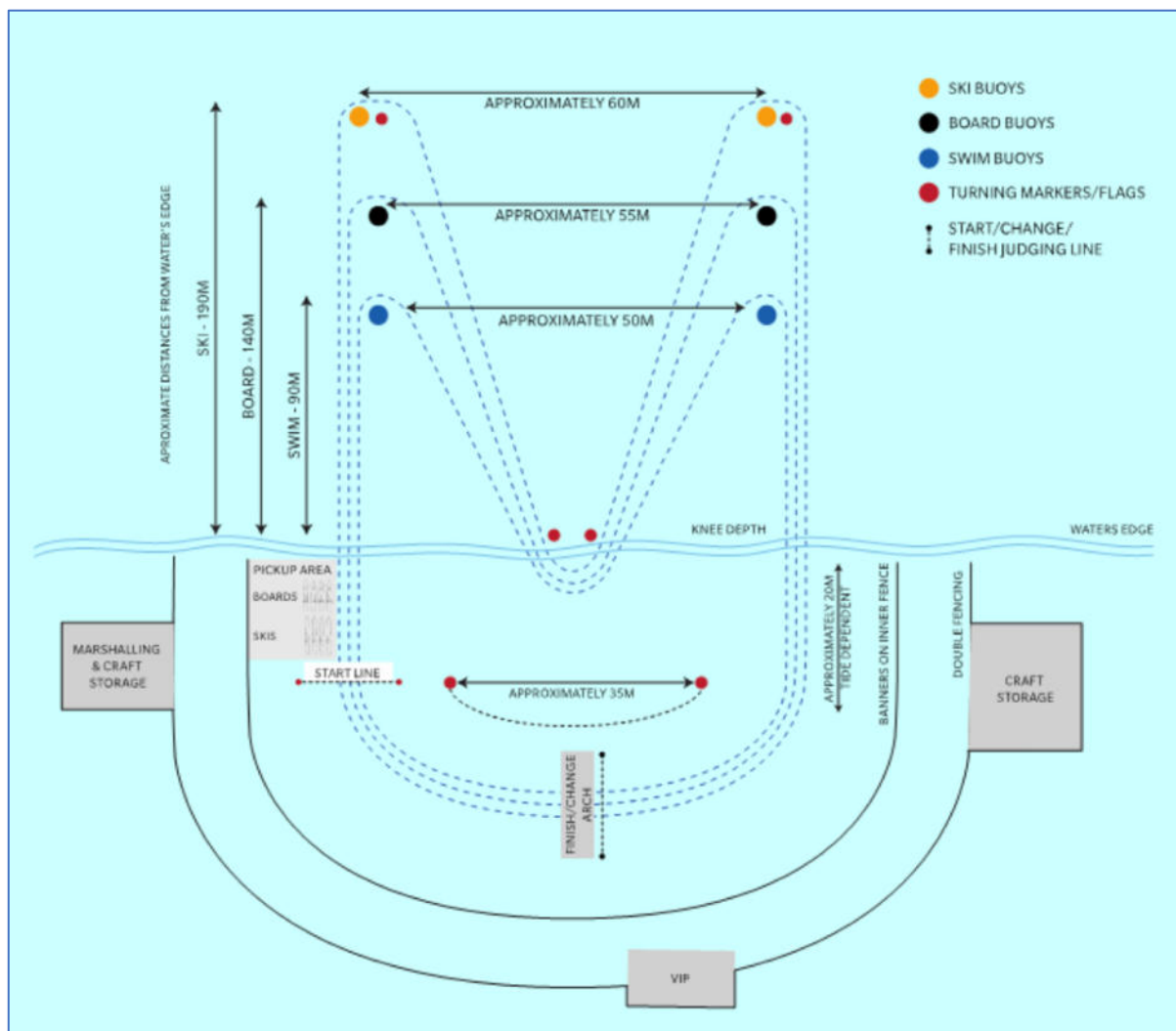
Soutěžící musí dokončit závod na nohou ve vzpřímené pozici. Cíl je posuzován protnutím cílové čáry hrudníkem soutěžícího.

Rozhodčí jsou rozmístěni tak, aby mohli pozorovat průběh závodu a rovněž mohli určit pořadí soutěžících v cíli.

### 5.12.5 Diskvalifikace

Vyjma pravidel uvedených v kapitolách 1 – 4, bude mít následující chování za následek diskvalifikaci:

- b) Nedokončení závodu dle popisu disciplíny (DQ 12).



**Diagram 13: Ocean M Lifesaver Relay**

(Vzdálenosti jsou pouze orientační.)

**Poznámka:** umístění bójí může být přizpůsobeno převládajícím podmínkám.

## 5.13 Surf Race s ploutvemi

### 5.13.1 Popis disciplíny

Soutěžící se seřadí ve vodě, kde hladina vody sahá přibližně po kolena s nasazenými ploutvemi. Na startovní signál skáčou do vody a plavou kolem určených bójí trať dlouhou přibližně 100 m. Vracejí se zpět ke břehu a protínají cílovou čáru umístěnou ve vodě označenou cílovými vlajkami. Cílovou čáru musí protnout jakoukoliv částí těla.

**Poznámka:** soutěžící nemusí dokončit závod s nasazenými ploutvemi.

Tato disciplína je určena pouze pro kategorie žáků (do 10 let).

### 5.13.2 Trať

Trať závodu je vyznačena na diagramu Surf Race s ploutvemi níže.

Soutěžící musí obeplavat určené bóje ve směru hodinových ručiček (po pravé ruce) pokud hlavní rozhodčí neurčí jinak před zahájením závodu.

**Startovní čára:** nemusí být nutně vyznačena, nicméně pokud ano, tak pomocí dvou kúlů, kde její střed je přibližně na úrovni první obrátkové bóje.

**Traťové bóje:** trať je vyznačena dvěma bójemi. První bóje je umístěna přibližně 25 m od místa, kde hladina vody sahá přibližně po kolena přibližně na úrovni středu startovní čáry. Druhá bóje je umístěna přibližně 50 m od první bóje a přibližně 25 m od místa, kde hladina vody sahá přibližně po kolena přibližně na úrovni středu cílové čáry. Vzdálenosti bójí se mohou měnit v závislosti na převládajících podmínkách.

**Cíl:** cílová čára je umístěna ve vodě v místě, kde je dostatečná hloubka, aby mohly soutěžící proplavat, a je vyznačena dvěma oranžovými vlajkami umístěnými na kúlech, nebo jinými značkami. Její střed je přibližně na úrovni druhé obrátkové bóje.

Pro zajištění spravedlivého startu a cíle je umístění startovní a cílové čáry vzhledem k bójím na uvážení hlavního rozhodčího v závislosti na převládajících podmínkách za předpokladu, že je zajištěn spravedlivý průjezd kolem první bóje pro všechny soutěžící.

### 5.13.3 Vybavení

**Ploutve:** viz sekce 6. Závodní vybavení.

**Navrácení ztracených ploutví:** v případě, že soutěžící po startu ztratí ploutev / ploutve, může si je v průběhu závodu nasadit zpět a pokračovat v závodě bez diskvalifikace.

### 5.13.4 Posuzování

Soutěžící nesmí při startu a vbíhání do vody a během závodu jakkoliv ohrozit nebo blokovat ostatní soutěžící a bránit jim v průběhu závodu.

Soutěžící se mohou dotknout bójí i lan bójí, ale nesmí se za ně přitahovat a pomáhat si při postupu závodem.

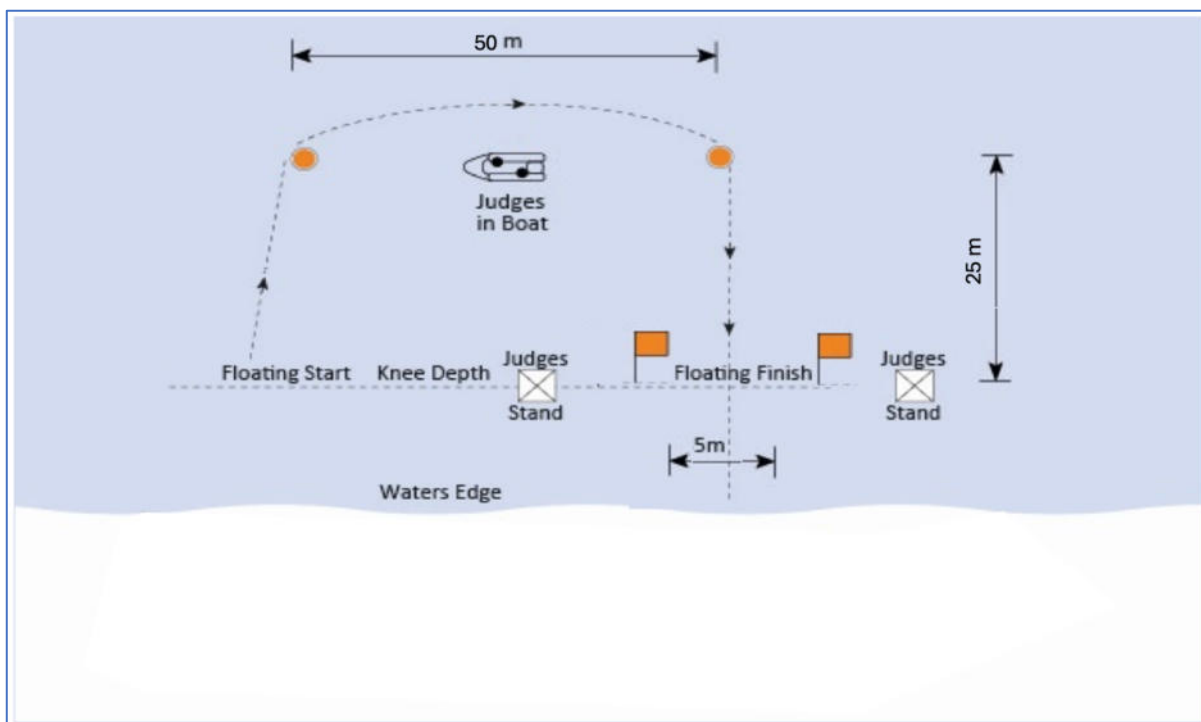
Cíl je posuzován protnutím cílové části jakoukoliv částí těla.

Rozhodčí jsou rozmístěni tak, aby mohli pozorovat průběh závodu a rovněž mohli určit pořadí soutěžících v cíli.

### 5.13.5 Diskvalifikace

Vyjma pravidel uvedených v kapitolách 1 – 4, bude mít následující chování za následek diskvalifikaci:

- a) Nedokončení závodu dle popisu disciplíny (DQ 12).



**Diagram14: Surf Race s ploutvemi**

(Vzdálenosti jsou pouze orientační.)

**Poznámka:** umístění bójí může být přizpůsobeno převládajícím podmínkám.

## 5.14 Run – Swim – Run

### 5.14.1 Popis disciplíny

Soutěžící se seřadí na nebo za startovní čárou, na startovní signál vyběhají a běží přibližně 200 m k obrátkové vlajce, kterou obíhají zprava. Vbíhají do vody a plavou kolem určených bójí trať dlouhou přibližně 300 m. Vrací se zpět k obrátkové vlajce, kterou obíhají zleva, běží přibližně 200 m a protínají cílovou čáru označenou cílovými vlajkami.

Žákovské kategorie absolvují disciplínu s distancemi 100 m – 50 m – 100 m.

### 5.14.2 Trať

Trať závodu je vyznačena na diagramu Run – Swim – Run níže.

Soutěžící musí obeplavat určené bóje ve směru hodinových ručiček (po pravé ruce) pokud hlavní rozhodčí neurčí jinak před zahájením závodu.

**Startovní / cílová čára:** je umístěna přibližně 200 m od okraje vody a je vyznačena v písku mezi dvěma kůly nebo nataženým lanem výrazné barvy mezi dvěma kůly vzdálenými přibližně 40 m od sebe. Její střed je přibližně na úrovni první obrátkové vlajky. Pokud je jako startovní čára použito natažené lano, je možné jej před samotným startem po vyrovnání soutěžících odstranit, neboť hrozí riziko zakopnutí.

**Traťové bóje:** plavecké bóje jsou umístěny minimálně 120 m od místa, kde hladina vody sahá přibližně po kolena.

Pro zajištění spravedlivého startu a cíle je umístění startovní a cílové čáry vzhledem k bójím na uvážení hlavního rozhodčího v závislosti na převládajících podmínkách za předpokladu, že je zajištěn spravedlivý průjezd kolem první bóje pro všechny soutěžící.

### 5.14.3 Vybavení

Není povoleno využití jakéhokoliv závodního vybavení definovaného v sekci 6. Závodní vybavení.

### 5.14.4 Posuzování

Soutěžící nesmí při startu, vbíhání do vody a během závodu jakkoliv ohrozit nebo blokovat ostatní soutěžící a bránit jim v průběhu závodu.

Soutěžící se mohou dotknout bójí i lan bójí, ale nesmí se za ně přitahovat a pomáhat si při postupu závodem.

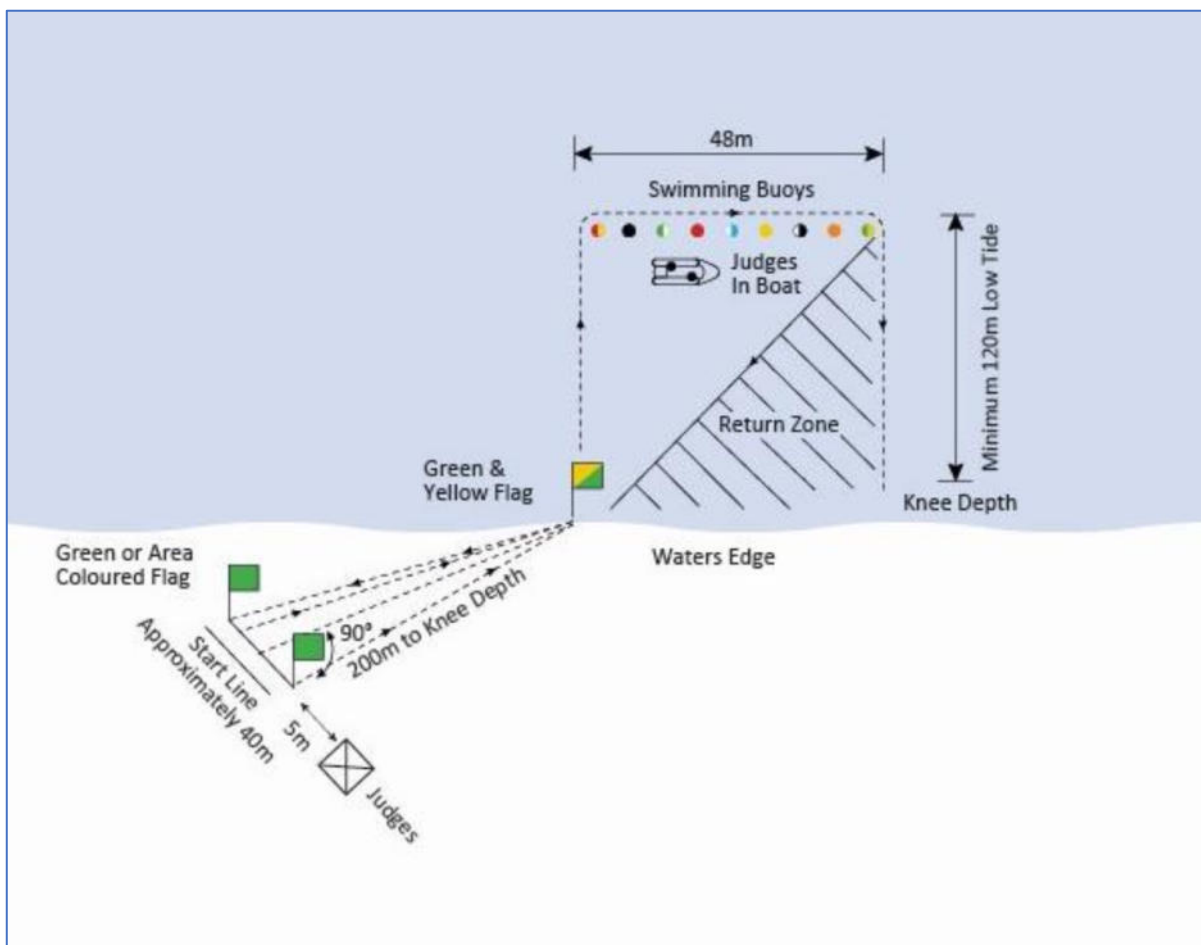
Soutěžící musí dokončit závod na nohou ve vzpřímené pozici. Cíl je posuzován protnutím cílové čáry hrudníkem soutěžícího.

Rozhodčí jsou rozmístěni tak, aby mohli pozorovat průběh závodu a rovněž mohli určit pořadí soutěžících v cíli.

### 5.14.5 Diskvalifikace

Vyjma pravidel uvedených v kapitolách 1 – 4, bude mít následující chování za následek diskvalifikaci:

- a) Nedokončení závodu dle popisu disciplíny (DQ 12).



**Diagram 15: Run – Swim – Run**

(Vzdálenosti jsou pouze orientační.)

**Poznámka:** umístění bójí může být přizpůsobeno převládajícím podmínkám.

## 5.15 Kódy diskvalifikací pro plážové disciplíny

Kód	Popis diskvalifikace	Disciplíny
DQ 1	Nedodržení popisu disciplíny a obecných pravidel.	Obecné – všechny disciplíny
DQ 2	Soutěžící nebo tým mohou být diskvalifikováni za nesportovní chování: doping, vydávání se za jiného závodníka, zpochybňování rozlosování a jeho nedodržení / nedodržení pozice rozlosování, soutěžení dvakrát v jedné disciplíně, soutěžení v jedné disciplíně ve dvou různých týmech, úmyslné zasahování do závodu, přijímání fyzické nebo materiální vnější pomoci, účast v rozporu s duchem soutěže a fair play.	Obecné – všechny disciplíny
DQ 3	Soutěžícím(u) nemusí být umožněno nastoupit do závodu, pokud se nedostaví včas k pomocnému startérovi. Toto může být ve výsledkové listině zaznamenáno jako „Did not start“ (DNS).	Obecné – všechny disciplíny
DQ 4	Soutěžící nebo tým, který nenastoupí na start závodu, bude diskvalifikován. V případě finále A nebo finále B toto může být ve výsledkové listině zaznamenáno jako „Did not start“ (DNS).	Obecné – všechny disciplíny
DQ 5	Aktivity, které vedou k úmyslnému poškození místa konání soutěže, ubytovacích zařízení nebo majetku jiných osob, budou mít za následek diskvalifikaci daných jednotlivců ze soutěže.	Obecné – všechny disciplíny
DQ 6	Nerespektování rozhodčích a organizátorů soutěže bude mít za následek diskvalifikaci ze soutěže.	Obecné – všechny disciplíny
DQ 7	První soutěžící nebo tým, který vystartuje před startovním signálem, bude diskvalifikován. Pouze v disciplíně Beach flags, bude vyřazen. Platí pravidlo prvního startu.	Obecné – všechny disciplíny
DQ 8	Způsobení odložení startu nesplněním pokynů startéra v přiměřeném čase.	Obecné – všechny disciplíny
DQ 9	Soutěžící, který po prvním startérově signálu vyruší ostatní v závodě zvukem nebo jakýmkoliv jiným signálem může být diskvalifikovaný. V disciplíně Beach flags, bude vyřazen.	Obecné – všechny disciplíny

DQ 10	Soutěžící bude diskvalifikován, pokud bude startovat z jiné než přidělené startovní pozice.	Obecné – všechny disciplíny
DQ 11	Soutěžící sebere více než jeden kolík nebo schválně zakrývá kolík vlastním tělem.	Beach Flags
DQ 12	Nedokončení závodu dle popisu disciplíny	Obecné – všechny disciplíny

## 6 Závodní vybavení

### 6.1 Plavky

Při všech bazénových soutěžích se smí používat plavky stříhu a materiálu dle pravidla FINA BL 8.3 – tzn., že plavky pro muže nesmí být prodloužené nad pupek ani pod kolena, plavky pro ženy nesmí zakrývat krk a také nesmí být prodloužené přes ramena ani nesmí být prodlouženy pod kolena. Všechny plavky musí být vyrobeny z textilních materiálů.



**Poznámka:** veškeré plavky s razítkem FINA, které vyhovují požadavkům pro plavání v klidné vodě, jsou přijatelné pro použití v soutěži.

### 6.2 Záchranné pásy

**Materiál** záchranného pásu musí odpovídat australské normě AS2259 nebo rovnocenné normě. Materiál musí být z umělé pěny s uzavřenými buňkami, odolný a pružný. Záchranný pás musí mít minimální vztlak 100 N ve sladké vodě. Tělo záchranného pásu musí být takové, aby bylo schopné se do sebe „zarolovat“ silou odpovídající 5-6 kg.

**Pevnost** popruhu, lana a karabiny musí být schopny odolat minimálně 454,55 kg (1000 liber) namáhání v podélném směru bez poškození.

**Hmotnost:** celková hmotnost pásu by se měla pohybovat mezi 600-750 g.

**Barva:** tělo záchranného pásu musí být barevně stálé červené, žluté nebo oranžové (impregnovaná, natřená nebo potažená) podle australské normy AS1318.

**Šití / nitě:** šití musí být typu 301 podle britské normy BS 3870, jak je znázorněno v australské normě AS2259. Nit má mít podobné vlastnosti jako šitý materiál.

**Rozměry záchranného pásu:**

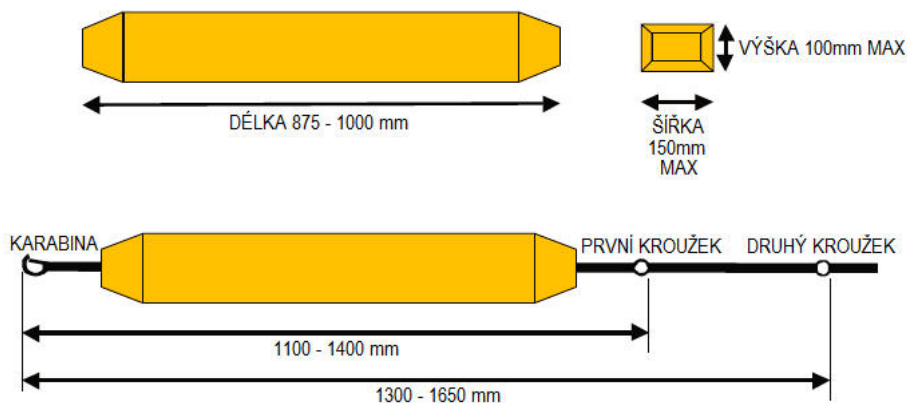
Tělo pásu (plovoucí část):

- minimální délka 875 mm; maximální délka 1000 mm.
- maximální šířka 150 mm

c) maximální tloušťka 100 mm

Vzdálenost od konce karabiny ke konci prvního O-kroužku musí být minimálně 1,10 m a maximálně 1,40 m.

Vzdálenost mezi koncem karabiny a koncem druhého O-kroužku musí být v rozmezí 1,30 m až 1,65 m.



**Popruh / lano:** délka lana od prvního O-kroužku k popruhu lana musí být minimálně 1,90 m až maximálně 2,10 m a musí obsahovat minimálně 2 O-kroužky. Lano musí být vyrobeno ze syntetického materiálu, který je ošetřen UV zářením.

**Uchycení O-kroužků a karabiny:** popruhy použité pro uchycení O-kroužků / karabiny k lanu pásu musí být zhotoveny z 25 mm ( $\pm 2,5$  mm) širokého tkaného nylonu.

**Popruh:** popruh pro lano musí být z tkaného nylonu o šířce 50 mm ( $\pm 5,0$  mm) s minimální délkou 1,30 m a maximální délkou 1,60 m. Obvod smyčky popruhu musí být minimálně 1,20 m.

**O-kroužky:** o-kroužky musí být mosazné, z nerezové oceli (svařované) nebo nylonové. Pokud jsou nylonové, musí být kroužky ošetřeny UV zářením. O-kroužky musí mít vnitřní průměr 37,5 mm ( $\pm 10,0$  mm) a nesmí mít ostré hrany, nebo výstupky, které by mohly soutěžícího pořezat nebo jinak zranit.

**Karabiny:** karabiny musí být typu KS2470-70, vyrobené z mosazi, nebo nerezové oceli. Celková délka karabiny činí 70 mm ( $\pm 7,0$  mm). Karabina nesmí mít žádné ostré hrany, který by mohli pořezat, nebo jinak zranit soutěžící.

**Celková délka:** vzdálenost od karabiny ke konci popruhu musí být minimálně 3,65 m a maximálně 4,30 m.

Soutěžící jsou povinni pro závod používat záchranné pásy dodané pořadatelem.

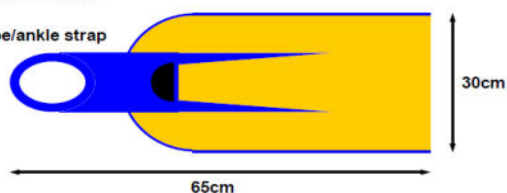
### 6.3 Plavecké ploutve

Měření plaveckých ploutví je prováděno v neobutém stavu. Plavecké ploutve používané při soutěžích musí splňovat následující specifikace:

- Délka: maximální celková délka 650 mm, včetně "boty" nebo kotníkového pásku.
- Šířka: maximálně 300 mm v nejširším místě listu ploutve.

## SWIM FINS

Shoe/ankle strap



### 6.4 Plážové kolíky

Plážové kolíky pro disciplíny Beach Flags a Beach Relay jsou vyráběny z pružného materiálu (např. zahradní hadice) o maximální délce 300 mm a minimální délce 250 mm a vnějším průměru (25±1) mm. Z důvodu lepší viditelnosti, je vhodné, aby plážové kolíky byly barevné.

### 6.5 Boardy

Boardy musí splňovat specifikace ILS, které zahrnují:

- Minimální hmotnost 7,6 kg\*
- Maximální délka 3,2 m

**Videokamera:** Pokud je k boardu připevněna videokamera nebo jiné videozáznamové zařízení, musí být instalováno pomocí držáku nebo pásků, které jsou dodávány, nebo doporučeny výrobcem zařízení. Kamera může být umístěna kdekoliv v oblasti mezi předními úchyty a špičkou boardu.

\* Do celkové hmotnosti boardu se započítávají jakékoliv trvale připevněné úchyty a držáky k uchycení kamery. Hmotnost odnímatelných zařízení (např. kamera) se do celkové hmotnosti nezapočítávají.

Detailní specifikace boardů dle ILS je uvedena ve zvláštním dokumentu dostupném na adrese:

<https://www.ilsf.org/lifesaving-sport/rules/irb-specification/>.

### 6.6 Bóje

Bóje pro plážové disciplíny: Bóje používané při plážových disciplínách musí být rozlišitelných barev a bóje, která je umístěna nejvíce vlevo nese číslo 1 (při pohledu ze břehu). Bóje a jejich barvy jsou blíže popsány v popisech jednotlivých disciplín. Řada plaveckých/štafetových bójí je složena následovně:

- Bój č.1: červeno-žlutá (půl na půl),
- Bój č.2: černá,
- Bój č.3: zelená s bílým pruhem,
- Bój č.4: červená,
- Bój č.5: modrá s bílým pruhem,
- Bój č.6: žlutá,
- Bój č.7: bílá s černým pruhem,
- Bój č.8: oranžová,
- Bój č.9: zelená se žlutým pruhem.

Při použití těchto bójí v disciplínách Surf Race, Surf Teams Race, Rescue Tube Rescue, Board Rescue, Oceanman/Oceanwoman, Oceanman/Oceanwoman Relay, musí být vodorovně zarovnané pomocí jednoho lana, které je na obou koncích ukotveno, aby byla zajištěna konstantní vzdálenost všech bójí od břehu.

## 6.7 Kajaky

Kajaky musí splňovat specifikace ILS, které zahrnují:

- Minimální hmotnost 18 kg\*
- Maximální délka 5,8 m
- Šířka: Minimální šířka v nejširším bodě trupu, která nezahrnuje gumové pásy, ochranné lamely a podobné ochranné prvky, musí být 480 mm.

**Videokamera:** Pokud je ke kajaku připevněna videokamera nebo jiné videozáznamové zařízení, musí být instalováno pomocí držáku nebo pásků, které jsou dodávány, nebo doporučeny výrobcem zařízení. Kamera může být umístěna kdekoliv v oblasti mezi výliskem na nohy a špičkou kajaku.

\*Do celkové hmotnosti boardu se započítávají jakékoliv trvale připevněné úchyty a držáky k uchycení kamery. Hmotnost odnímatelných zařízení (např. kamera) se do celkové hmotnosti nezapočítávají.

Detailní specifikace boardů dle ILS je uvedena ve zvláštním dokumentu dostupném na adrese:

<https://www.ilsf.org/lifesaving-sport/rules/irb-specification/>.