

ТЕХНІЧНИЙ РЕГЛАМЕНТ
спортивних змагань зі спортивного туризму
(спортивна дисципліна – дистанція "скандинавська ходьба")

Зміст

1. Загальні положення.....	2
2. Поняття та визначення.....	3
3. Дистанції змагань.....	4
4 Вимоги до учасників змагань.....	7
5. Вимоги до спорядження	7
6. Техніка пересування спортсменів по дистанції	8
7. Процедура старту, фінішу, передачі естафети	10
8. Система оцінки порушень	12
9. Визначення результатів	13
10. Стартовий внесок	13
Додаток 1 Характеристики дистанцій.....	14
Додаток 2 Система оцінювання помилок в техніці спортсмена.....	17
Додаток 3 Звіт головної суддівської колегії про проведенні змагання	18
Додаток 4 Акт здачі-прийому дистанції	19
Додаток 5 Імення заявка	120
Додаток 6 Зведений протокол комісії з допуску учасників змагань.....	21
Додаток 7 Зразок протоколу попередніх результатів змагань	22
Додаток 8 Зразок протоколу результатів змагань.....	23
Додаток 9 Зразок протоколу старту	24
Додаток 10 Зразок протоколу фінішу	25
Додаток 11 Зразок протоколу точки контролю /зони передачі естафети.....	26
Додаток 12 Зразок зведеного протоколу штрафів	27

Затверджено на засіданні комісії зі скандинавської ходьби 27.01.2025 р.

1. Загальні положення

1.1 Технічний Регламент спортивних змагань зі спортивного туризму (спортивна дисципліна – дистанція "скандинавська ходьба"), (далі Технічний Регламент) є невід'ємною частиною Правил спортивних змагань зі спортивного туризму (далі – Правила) і містить у собі опис організації, проведення, підведення підсумків змагань зі скандинавської ходьби, спорядження, опис дистанцій змагань, техніки подолання дистанцій.

1.2 Вимоги Технічного Регламенту обов'язкові для виконання учасниками та суддями на змаганнях зі скандинавської ходьби й не повинні суперечити Правилам.

1.3 На спортивних змаганнях зі спортивного туризму - (дистанція "скандинавська ходьба") (далі – Змагання) додатково діють окремі положення Правил змагань ENWO (Міжнародної організації зі скандинавської ходьби European New Walking Organization) в діючій редакції (далі - Правила ENWO), що не суперечать Правилам та Технічному Регламенту.

1.4 Метою спортивного змагання є подолання спортсменами за мінімально можливий час спортивних дистанцій прокладених на ділянках місцевості природного або штучного покриття, з певною довжиною та певним сумарним набором висоти, з використанням спеціальних палиць для скандинавської ходьби та пересування з ними без порушення Правил, Технічного Регламенту, Регламенту (Положенню) змагань зі спортивного туризму – скандинавська ходьба (далі – Положення) та Умов проведення змагань (далі – Умови).

1.5 Змагання проводяться за видами залікових заліків:

- особисті;
- особисто-командні;
- командні.

Склад команд може бути чоловічим, жіночим, змішаним.

1.6 Положення – є провідним керівним документом, на підставі якого здійснюється підготовка та проведення змагань і визначає умови, терміни та порядок проведення офіційного змагання, категорію спортсменів, що беруть у них участь, їх стать і вік, кількісний склад команд, інших учасників, вид змагань, фінансове, медико-санітарне забезпечення, заходи безпеки, порядок і термін подачі заявок, умови прийому та забезпечення учасників, у тому числі суддів, порядок нагородження переможців та призерів змагань та інші умови, які забезпечують проведення заходу.

Положення не повинне суперечити Правилам та Технічному Регламенту.

1.7 Умови – основний документ, який є доповненням до Положення і дає опис особливостей на дистанціях. Умови повинні містити наступні відомості:

- загальні відомості (дату і місце проведення, склад команди, характер маркування);
- основні параметри дистанції (клас дистанції, довжина дистанції, набір висоти, рельєф і покриття дистанції – ґрунт, асфальт, бетон інше, контрольний час проходження дистанції, кількість етапів);

- послідовність проходження дистанції та етапів, відстані між етапами, якщо такі є, у тому числі між стартом та першим етапом, останнім етапом та фінішем – для довгих дистанцій;
- схему дистанції у тому числі із вказівкою точок контролю, пункт харчування/напоїв, місце зони передачі естафети, при необхідності, інше;
- умови старту: груповий, роздільний, інші та часовий інтервал між групами (учасниками), порядок подачі сигналу старту;
- інші відомості, необхідні для проведення змагань і які відсутні в Технічному Регламенті, Положенні і не протирічать Правилам.

Умови повинні містити інформацію про застосування конкретних пунктів Правил та Технічного регламенту.

Положення доводиться до учасників не пізніше, ніж за місяць до початку змагань, Умови – не пізніше ніж за 10 днів до змагання і повідомляються учасникам до початку змагань. При форс-мажорних обставинах можливі зміни Умов, про що повідомляється учасникам змагань до жеребкування з відповідного виду програми.

2. Поняття та визначення

2.1 Дистанція – спеціально підготовлена для ходьби зі скандинавськими палицями ділянка місцевості природного та/або штучного рельєфу певної довжини між зоною старту та зоною фінішу включно, що оснащена комплексом суддівського обладнання, допоміжними зонами, промаркована.

2.2. Зона старту – майданчик з відповідним банером, розташований на рівному місці, що безпосередньо прилягає до дистанції, яка включає в себе: зону передстартової перевірки (накопичувач); стартовий створ зі стартовою лінією; коридор/и старту. Обов'язкове обладнання старту: не менше двох секундомірів, якщо дистанція не обладнана електронною системою хронометражу, протокол старту учасників (груп).

2.3 Зона передачі естафети — майданчик з відповідним банером, розташований на рівному місці – спеціально розмічена частина дистанції, в якій виконується передача естафети спортсменом, що завершує свій етап, торканням рукою до спини або плеча спортсмена, що йде на наступний етап.

2.4 Зона фінішу – майданчик з відповідним банером, розташований на рівному місці, що безпосередньо прилягає до дистанції, яка включає в себе: коридор/и фінішу, фінішну лінію та накопичувач. Обов'язкове обладнання фінішу: не менше двох секундомірів, які синхронізовані з секундомірами на старті, якщо дистанція не обладнана електронною системою хронометражу, протокол фінішу учасників (груп) .

2.5 Контрольний час – визначений Умовами максимальний час, що надається спортсменам для проходження дистанції або її частини (етапу), перевищення якого є підставою для зняття з дистанції і не зарахування результату виступу команди (учасника).

2.6 Пункт харчування/напоїв – ділянка довжиною не більше 100 м, що безпосередньо прилягає до дистанції, призначена для прийняття

харчування/напоїв учасників змагань в процесі проходження дистанції. У цій зоні техніка пересування не оцінюється. Вода та інше дозволене харчування мають бути доступні на старті та фініші, під час проведення змагань. На дистанціях пункти харчування/напоїв повинні бути організовані на відстані від 2,5 км до 10 км, в залежності від дистанції та її довжини. У разі несприятливих погодних умов, необхідно передбачити додаткові пункти харчування/напоїв.

2.8 Стартовий номер – унікальний особистий номер учасника, який видається на конкретний вид дистанції у кількості не менше двох (комплект номерів). Комплект номерів має бути закріплений спереду і ззаду таким чином, щоб елементи екіпіровки або одягу не заважали ідентифікації спортсмена протягом всього змагання. На стартовому номері можливе причеплення чипу для чипової системи рахування часу. Формат номерів визначаються організатором і прописується в умовах змагань.

2.8.1 Рух по дистанції з одним номером заборонено.

2.8.2 Забороняється використовувати номери які не були видані організаторами змагань.

2.9 Статус – відмітка в протоколах: не стартував – DNS; не фінішував – DNF; знятий за перевищення контрольного часу – DNQ; дискваліфікований – DQ; відстав на коло – LAP.

2.10 Схема дистанції – схематичний малюнок, який повинен відтворювати взаємне розташування етапів дистанції відносно старту і фінішу, відстані між ними, черговість і напрямок проходження етапів, розташування зони передачі естафети, пунктів харчування/напоїв, точок контролю тощо.

2.11 Точка контролю – місце розташування судді, який оцінює правильність дій учасників на дистанції.

2.12 Транзитне проходження зони "Старт/Фініш" – проходження через зону "Старт/Фініш" на наступне коло здійснюється без зупинки відповідно до вимог Технічного регламенту.

2.13 Час проходження дистанції – фактичний час проходження дистанції – загальна тривалість виступу на дистанції, за яку спортсмен (команда) пройшла дистанцію відповідно до Умов з урахуванням, при наявності, штрафного часу.

2.14 Час старту – час, який зафіксовано в стартовому протоколі або в системі електронної відмітки, з моменту перетинання стартової лінії учасником змагань.

2.15 Час фінішу – час, який зафіксовано в протоколі фінішу по суддівським хронометрам або в системі електронної відмітки, відповідно моменту проходження учасником фінішу дистанції.

3. Дистанції змагань

3.1 Види дистанцій.

3.1.1 Короткі дистанції:

- "Пересічена місцевість";
- "Гірський рельєф";
- "Естафета".

3.1.2 Довгі дистанції:

- "Напівмарафон";
- "Марафон";
- "Ультрамарафон".

3.2 Спортивні змагання на короткій дистанції – "Пересічена місцевість" проводяться за замкнутим маршрутом (місце старту та фінішу можуть співпадати) з напрямками, які не перетинаються, або за лінійним маршрутом (де місце старту та фінішу не співпадають). Маршрут дистанції прокладається, як правило, у природному середовищі та проходить по ґрунту, штучному покритті або комбіновано (ґрунт та штучне покриття в будь-якому співвідношенні). Кут нахилу траси не повинен перевищувати 15-17 градусів. Характеристики дистанції в залежності від класу наведені в Додатку 1.

3.3 Спортивні змагання на короткій дистанції – "Гірський рельєф" проводяться за замкнутим маршрутом (місце старту та фінішу можуть співпадати) з напрямками, які не перетинаються, або за лінійним маршрутом (де місце старту та фінішу не співпадають), яка прокладена у природному середовищі та проходить по ґрунту, штучному покритті або комбіновано (ґрунт та штучне покриття в будь-якому співвідношенні), з набором висоти не менше 100 метрів. Кут нахилу траси не повинен перевищувати 15-17 градусів. Допускається локальне перевищення кута нахилу траси до 22 градусів в межах не більше 50 метрів. Характеристики дистанції в залежності від класу надані в Додатку 1.

3.4 Спортивні змагання на короткій дистанції – "Естафета" проводяться за замкнутим маршрутом (місце старту та фінішу можуть співпадати) з напрямками, які не перетинаються, яка прокладена у природному середовищі та проходить по ґрунту, штучному покритті або комбіновано (ґрунт та штучне покриття в будь-якому співвідношенні) у тому числі й на гірському рельєфі з набором висоти не менше 100 метрів. Спортивні змагання на дистанції "Естафета" – вид командних змагань на швидкість із зміною учасників і передаванням "естафети" за допомогою торкання рукою плеча або спини спортсмена, що приймає "естафету" від спортсмена, що передає "естафету". Ця дистанція передбачає логічно-послідовне поєднання рознесених за місцем знаходження двох і більше окремих етапів в одну загальну трасу змагань. При цьому кожен спортсмен команди долає всю дистанцію. Сигнал до старту наступних спортсменів команди і місце передачі "естафети" визначаються Умовами. Кут нахилу траси не повинен перевищувати 15-17 градусів. Допускається локальне перевищення кута нахилу дистанції до 22 градусів в межах не більше 50 метрів. Характеристики дистанції в залежності від класу надані в Додатку 1.

3.5 Спортивні змагання на довгій дистанції – "Напівмарафон" проводяться за замкнутим маршрутом (місце старту та фінішу можуть співпадати) з напрямками, які не перетинаються, або за лінійним маршрутом (де місце старту та фінішу не співпадають), яка прокладена в природному середовищі та проходить по ґрунту, штучному покритті або комбіновано (ґрунт та штучне покриття в будь-якому співвідношенні), загальна довжина якої не перевищує

21 км 97.5 м. Кут нахилу траси не повинен перевищувати 15-17 градусів. Характеристики дистанції в залежності від класу надані в Додатку 1

3.6 Спортивні змагання на довгій дистанції – "Марафон" проводяться за замкнутим маршрутом (місце старту та фінішу можуть співпадати) з напрямками, які не перетинаються, або за лінійним маршрутом (де місце старту та фінішу не співпадають), яка прокладена в природному середовищі та проходить по ґрунту, штучному покритті або комбіновано (ґрунт та штучне покриття в будь-якому співвідношенні), загальна довжина якої не перевищує 42 км 195м. Кут нахилу траси не повинен перевищувати 15-17 градусів. Характеристики дистанції в залежності від класу надані в Додатку 1.

3.7 Спортивні змагання на довгій дистанції – "Ультрамарафон" проводяться за лінійним маршрутом, (де місце старту та фінішу не співпадають), яка прокладена в природному середовищі та проходить по ґрунту, штучному покритті або комбіновано (ґрунт та штучне покриття в будь-якому співвідношенні), загальна довжина якої перевищує 60 км. Змагання можуть проводитися у вигляді серії перегонів (етапів), при цьому місце фінішу попереднього етапу є місцем старту наступного. Кут нахилу траси не повинен перевищувати 15-17 градусів. Характеристики дистанції в залежності від класу надані в Додатку 1.

3.8 Ширина траси на якій здійснюються змагання повинна бути достатньо широкою для одночасного проходження по ній двох учасників. Рекомендована ширина траси – не менше 1,5 метрів. Допускається локальне звуження траси довжиною до 10 метрів. Мінімальна ширина у зоні "Старт/Фініш" – не менше 5 метрів.

3.9 Вимоги до маркування.

3.9.1 Маркування має бути суцільним або обладнаним таким чином, щоб у кожній точці траси учасник перебуваючи біля однієї точки маркування бачив не менше двох елементів розташований попереду.

3.9.2 Обумовлені ділянки траси (дорога, дамба, паркан, просіка тощо) можуть не містити маркування, якщо немає розвилок або вони закриті суцільним маркуванням. Сход з такої ділянки має бути відмічений суцільним маркуванням.

3.9.3 Маркування повинно йти як мінімум по один бік траси дистанції. Там де траса робить поворот, місце повороту додатково має бути позначено суцільним маркуванням із зовнішньої сторони повороту.

3.9.4 Маркування здійснюється маркувальною стрічкою або прапорцями.

3.9.5 На коротких дистанціях через кожні 500 м повинні бути встановлені відповідні маркери (кілометраж).

3.10 Для оцінювання помилок в техніці спортсмена на дистанції встановлюються пункти контролю. Кількість пунктів контролю залежить від класу та рельєфу дистанції. Як правило, один пункт на кожні 500 метрів.

3.11 При облаштуванні дистанції першочерговими є вимоги безпеки.

3.11.1 Дистанції змагань не повинні проходити через території з особливим та/або обмеженим режимом відвідування без офіційного погодження з відповідними установами та організаціями. На дистанціях не повинно бути

ділянок із з суцільними заростями кропиви, високотрав'я, кущів та інших рослин; не повинні бути вкриті льодом та не повинні містити ділянки, що унеможливають застосування "Техніки пересування спортсменів по дистанції" відповідно до п.6.

3.11.2 Дистанція повинна бути спланована таким чином, щоб була дотримана рівність умов боротьби всіх учасників.

3.12 Клас дистанції визначається її довжиною та набором висоти відповідно до Додатку 1. Набор висоти – сума перепадів висот усіх ділянок дистанції, у яких здійснюється підйом по рельєфу.

4 Вимоги до учасників змагань

4.1 До участі у спортивних змаганнях зі спортивного туризму – скандинавська ходьба можуть бути допущені спортсмени, що спеціалізуються в інших видах туризму, також спортсмени зі споріднених видів спорту (легка атлетика, лижний спорт, біатлон, альпінізм).

4.2 Мінімальний вік та спортивна кваліфікація спортсменів в залежності від класу дистанції змагань зазначені в Додатку 1.

4.3 Офіційні змагання зі спортивного туризму – скандинавська ходьба проводиться в наступних вікових категоріях:

- молодші юнаки та дівчата — 8-15 років;
- старші юнаки та дівчата — 16-17 років;
- дорослі (чоловіки та жінки) — 18 років та старші;
- ветерани (чоловіки та жінки) — 50 років та старші.

В залежності від особливостей проведення змагань можуть виділятися окремі вікові підгрупи, що обумовлюється Положенням.

Вік учасників визначається за роком народження.

4.4 Вікова підгрупа, в якій заявлено менше трьох учасників, за рішенням головного судді може бути об'єднана із суміжними віковими підгрупами. Об'єднана вікова підгрупа повинна бути зазначена в стартовому і підсумковому протоколах. Вікова підгрупа, яка складається з учасників різного віку, визначається віком самого старшого учасника підгрупи.

5. Вимоги до спорядження

5.1 Вимоги до палиць.

5.1.1 На спортивних змаганнях використовуються палиці з темляками типу "капкан" (рукавичка)

5.1.2 Палиці повинні мати однакову довжину. Візуально рука з одягненою палицею, вертикально встановленою на опорну поверхню, повинна утворювати в ліктьовому суглобі кут максимально близький до прямого.

5.1.3 Темляки палиць з системою швидкої фіксації повинні бути пристебнуті до ручок палиць. Палиці комплектуються м'якими наконечниками (насадками, черевиками), які можуть використовуватись на всій дистанції або окремих ділянках в залежності від покриття дистанції.

Надягання/зняття наконечників під час проходження дистанції проводиться на узбіччі траси.

5.1.4 Забороняється використання палиць, що мають пошкодження (відсутність) основних елементів: трубка (древко, стрижень), рукоятка, темляк, наконечник; з темляком типу "петля"; з пружинним та помповим механізмом трубки.

5.1.5 Контроль довжини палиць проводиться суддями старту/фінішу перед стартом та на фініші, в фінішній зоні за вимогою судів. Контроль здійснюється візуально.

5.1.6 При використанні телескопічних палиць учасникам забороняється змінювати їх довжину під час проходження дистанції.

5.2 Порядок заміни несправного спорядження.

5.2.1 Заміна пошкоджених палиць дозволяється в будь-якому місці дистанції.

5.2.2 При пошкодженні однієї з палиць і неможливості її заміни учасник зобов'язаний припинити рух по дистанції.

5.3 Учасникам дозволяється використання будь-яких електронних пристроїв (спортивні гаджети — датчики ЧСС, телефони, які використовуються, як спортивні гаджети), якщо це не створює перешкод для руху суперників. Дозволено при недостатньому освітленні використання індивідуальних ліхтарів.

5.4 Використання навушників заборонено.

5.5 Спортсменам дозволяється використання особистого харчування в будь-якому місці, якщо це не створює перешкод для руху суперників.

6. Техніка пересування спортсменів по дистанції

6.1 Пересування по дистанції передбачає:

6.1.1 Чергування кроків з попеременною (діагональною) роботою рук та ніг з обов'язковим відштовхуванням палицями від землі.

6.1.2 Одночасне відштовхування однойменних рук та ніг заборонено.

6.2 Одна нога під час руху повинна постійно здійснювати контакт із поверхнею землі.

6.2.1 Під час руху передня нога повинна бути прямою (допускається незначний згин в коліні) та ставитися на п'ятку з подальшим перекатом на передню частину стопи, та в кінцевій фазі виконується відштовхування передньою частиною стопи.

6.2.2 При завершенні поштовху нога в колінному суглобі повинна бути повністю випрямлена.

6.3 На кожен крок має проводитися акцентоване відштовхування палицею від землі.

6.4. Амплітуда руху рук повинна бути такою, щоб при постановці палиці лікоть перебував попереду тулуба.

6.4.1 Долоня при винесенні палиці вперед щільно тримає руків'я палиці всіма пальцями (в кулаку).

6.4.2 Під час маху назад, після перетину долонею вертикальної лінії стегна, утримування руків'я палиці розслабляється, долоня розкривається, кисть знаходиться позаду тулуба.

6.4.3 Мах руки йде від плеча майже прямою рукою.

6.4.4 Руки з палицями рухаються паралельно корпусу майже впритул до стегон.

6.4.5 Скорочені рухи рук допускаються на підйомах. Поодинокі пропуски відштовхування дозволені при зміні смуги, поворотах, обході перешкод, прийомі харчування/напоїв, витиранні/змахуванні поту, санітарної чистки носу, розстібання блискавок на формі, підправлення положення номеру, передачі естафети.

6.5 Волочіння палиць по землі заборонено.

6.6 Зайвий підйом наконечників палиць вгору та розкид в сторони заборонено.

6.7 Палиця ставиться під гострим кутом до поверхні, як правило наконечник палиці знаходиться біля задньої ступні, або між ступнями. Наконечник палиці при відштовхуванні не повинен бути розташований за п'яткою задньої ноги.

6.8 Під час руху учасника по дистанції темляки повинні бути застебнуті, а самі темляки (рукавички) повинні бути пристебнуті до ручок палиць.

6.9 Одна з палиць під час руху повинна завжди зберігати контакт з землею під гострим кутом.

6.10 Нахил корпусу вперед не повинен бути більше нахилу передньої палиці.

6.11 Біг та його різновиди караються червоною карткою.

6.12 При пересуванні по дистанції необхідно триматися правої сторони.

6.13 Рух в зоні "Старт/Фініш" - в межах позначених коридорів до їх закінчення учасники дотримуються прямолінійного руху (підрізання забороняється).

6.14 Будь-яка маніпуляція з одягом/взуттям/палицями можлива тільки після повної зупинки, на узбіччі траси

6.15 При сході з дистанції, учасник повинен зупинитися на узбіччі дистанції, зняти стартовий номер (біб) та попередити судів.

6.16 Зрізання дистанції карається червоною карткою.

6.17 Учасник при виході за межі дистанції повинен повернутися в точку виходу.

6.18 Випередження дозволене в будь-якому місці. Відповідальність за безпечний маневр лежить на учаснику, який випереджає. Спортсмену, якого випереджають, забороняється заважати здійснювати випередження.

6.18.1 Випередження проводиться за вільною траєкторією.

6.18.2 Якщо ширина дистанції не дозволяє безпечно маневрувати, учасник, який здійснює випередження повинен голосно подати команду ("хоп", "гей", "дорогу", "обходжу ліворуч/праворуч" тощо). При цьому учасник, якого випереджають, повинен переміститися до найближчого краю дистанції та пропустити випереджаючого.

6.18.3 В зоні "Старт/Фініш" голосова команда не виконується, випередження дозволяється.

7. Процедура старту, фінішу, передачі естафети

7.1 На спортивних змаганнях застосовуються: груповий старт, роздільний старт, вільний.

7.1.2 Процедура групового старту.

Попередньо секретаріатом формуються групи учасників відповідно до вікової підгрупи або за результатами жеребкування. Для кожної групи визначається час старту. Рекомендований часовий інтервал між групами учасників визначається організаторами змагань і може становити від 1 до 5 хвилин. Учасники змагань шикуються перед лінією старту відповідно розміченим стартовим коридорам:

7.1.3 Процедура роздільного старту.

Учасники стартують індивідуально, в порядку визначеному стартовим протоколом.

7.1.4 Процедура вільного старту.

Учасники змагань стартують у міру готовності. При цьому інтервал старту та час старту призначається суддею та фіксується у стартовому протоколі.

7.2 Стартові сигнали. Порядок старту. Час старту. Фальстарт.

7.2.1 Можливі стартові сигнали: усна команда судді; сигнал стартового таймеру; постріл сигнального пістолета або іншого сигнального обладнання.

7.2.1.1 Усна команда судді. При цьому суддя дає наступні гучні команди:

- за 1 хвилину до призначеного часу старту суддя подає голосову команду "до старту одна хвилина";

- за 5 секунд до старту суддя починає голосовий зворотний відлік "п'ять-чотири-три-два-один";

- у точний стартовий час суддя подає команду "руш". Додатково може бути використаний звуковий сигнал іншої тональності/тривалості, постріл зі стартового пістолета, пуск сигнальної ракети тощо, що обумовлюється Умовами;

- по команді "руш" учасники починають рух по дистанції.

7.2.1.2 При старті за стартовим таймером стартовий сигнал подається звуком стартового таймера, а також візуально відображенням часу старту.

7.3 За загального старту стартовий сигнал подається у точний стартовий час пострілом із сигнального пістолета чи іншого сигнального обладнання.

7.4 Учасник, який почав рух по дистанції до команди "руш", повертається суддею на лінію старту, щоб стартувати повторно. Стартовим часом учасника вважається час, вказаний в стартовому протоколі.

7.5 Учасник, що спізнився на старт, допускається до старту за погодженням головного судді. Стартовим часом учасника вважається час, вказаний в стартовому протоколі. При проведенні роздільного старту учаснику, який запізнився на старт, за рішенням головного судді або заступника головного судді з суддівства може піти в залік фактичний час старту.

7.6 Фінішом учасника вважається момент перетину фінішної лінії ногою, що знаходиться попереду. Правило застосовується в тому числі при падінні учасника на фініші. При використанні контактних чіпів фінішом вважається відмітка на контрольній станції.

7.7 Процедура передачі естафети.

7.7.1 Передача естафети здійснюється в зоні передачі естафети, яка представляє собою коридор довжиною до 12 м і шириною не менше 5 м, та розташовується за лінією старт/фініш (С/Ф), починаючи від лінії трьох/п'ятиметрової зони безпеки (рисунок 1). Обладнання зони передачі естафети включає в себе:

- а) лінію початку передачі естафети (ЛПЕ);
- б) зони передачі естафети (ЗПЕ) огороженою маркувальними стрічками або прапорцями з обох сторін;
- в) місця очікування приймаючих естафету, огорожене маркувальною стрічкою, прапорцями. При вході у ЗПЕ знаходиться суддя 2;

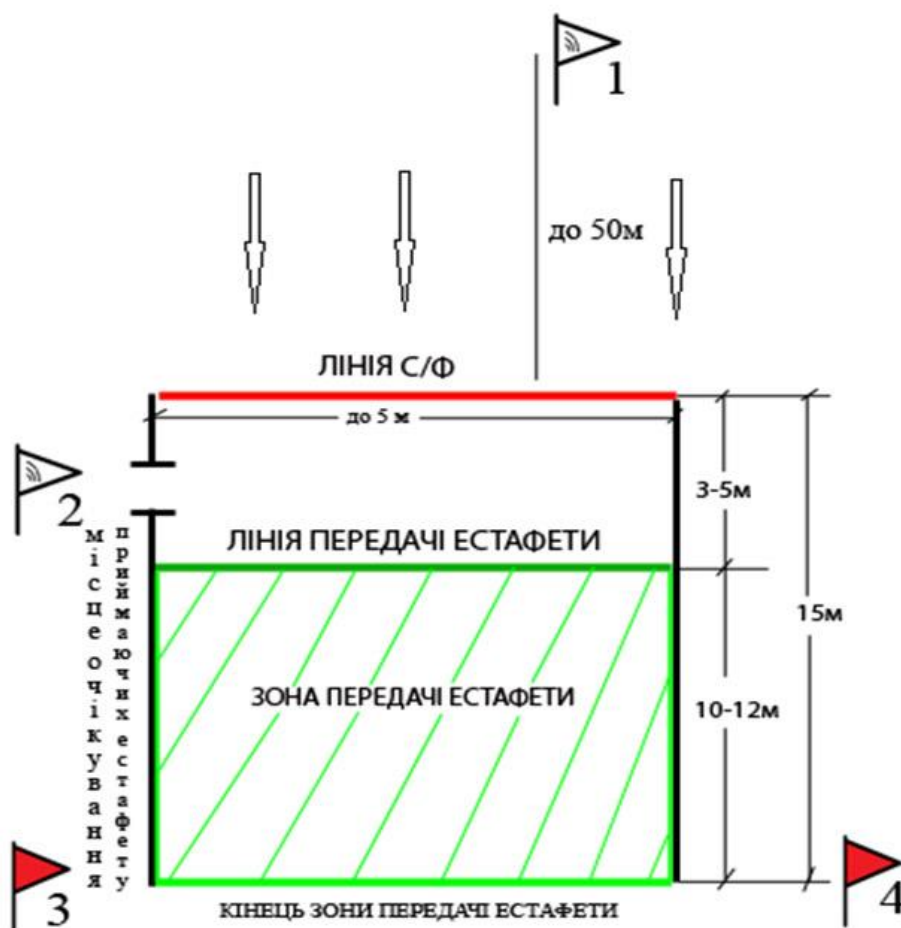


Рисунок 1.

г) кінець ЗПЕ. В кінці ЗПЕ з двох боків знаходяться два судді 3 та 4, які слідкують за правильністю передачі естафети. В разі порушення передачі естафети демонструється жовта картка з наступним записом в протоколі (етап, номер команди);

д) суддя 1, передає судді 2 номера учасників, що закінчують етап і йдуть на лінію С\Ф. Суддя 2 викликає учасників з наступного етапу на ЛПЕ. Без дозволу судді 2 вихід до ЛПЕ заборонено;

е) судді 1, 2 – з раціями; судді 3, 4 – з карточками та протоколом.

7.7.2 При перетині лінії С/Ф суддя фіксує проміжний час спортсмена на етапі, водночас цей момент є часом старту спортсмена з наступного етапу.

7.7.3 Рух у ЗПЕ виконується в межах позначених коридорів до їх закінчення, а в разі відсутності коридорів, учасники дотримуються прямолінійного руху (підрізання забороняється).

7.7.4 Учасники, які очікують прийому естафети, шикуються у порядку приходу номерів в одну лінію біля входу у ЗПЕ. При наближенні спортсмена, що передає естафету, до ЗПЕ спортсмен, що її приймає, тільки за викликом судді 2 входить на ЛПЕ.

7.7.5 Спортсмен що закінчив дистанцію, перетином лінії С/Ф, продовжує рух у ЗПЕ.

7.7.6 Спортсмен, який приймає естафету, починає рух з ЛПЕ в ЗПЕ де отримує естафету від спортсмена, що фінішує, не заважаючи іншим учасникам.

7.7.7 Передача вважається успішною при умові, що обидва спортсмени виконали її у ЗПЕ.

7.7.8 При відсутності контакту передачі естафети у ЗПЕ, або передача була виконана за межами ЗПЕ озвучується штраф жовтою карткою.

8. Система оцінки порушень

8.1 На спортивних змаганнях зі скандинавської ходьби використовується наступна система оцінювання помилок в техніці спортсмена:

- усне попередження;
- жовта картка;
- червона картка.

8.2. Помилки в техніці спортсмена фіксуються суддями на пунктах контролю та/або пристроями фото- та відео-фіксації та записуються в суддівському протоколі. Учасники по можливості повинні бути поінформовані про порушення.

8.3 Усне попередження – суддя попереджає учасника про незначні помилки в техніці руху, не зупиняючи його. Фіксування в протоколі – не обов'язкове.

8.4 Жовта картка – суддя, не зупиняючи учасника, пред'являє жовту картку, голосно називає номер учасника та повідомляє причину, робить помітку в суддівському протоколі. Одна жовта картка дорівнює 30 с, яка додається до результату учасника. Кількість жовтих карток не обмежена.

8.5 Червона картка (дискваліфікація) – суддя, не зупиняючи учасника, пред'являє червону картку, голосно називає номер (учасника), пояснює причину дискваліфікації, робить відповідний запис в суддівському протоколі.

8.6 Ігнорування вимог судді штрафується червоною карткою.

8.7 Учасник змагань має право оскаржити рішення судді щодо дискваліфікації, протягом 30 хвилин після фінішу та опублікування попередніх

результатів, подавши в суддівську колегію протест, відео/фото фіксацію та інші докази.

8.8 Приводом до дискваліфікації може бути наданий головному судді відеоматеріал від сторонніх осіб.

8.9 При отриманні червоної картки, після розгляду апеляції учасник може бути дискваліфікований з записом в протоколі DQ.

8.10 Неспортивна поведінка (агресія, образи та інше відносно організатора, учасників, суддів, глядачів) штрафується червоною карткою.

Система оцінювання помилок в техніці спортсмена наведена в Додатку 2.

9. Визначення результатів

9.1 Час проходження дистанції вимірюється від моменту старту до моменту фінішу учасника (команди).

9.2 Особистий результат учасника це сумарний час подолання ним дистанції з врахуванням штрафу.

9.3 Результат учасника не зараховується у випадку перевищення контрольного часу.

9.4 В особистих змаганнях результати зараховуються окремо кожному учаснику. Місця учасників визначаються за кращим результатом. Якщо кілька учасників мають однаковий результат, вище місце посідає учасник, який має меншу кількість штрафів. При рівності штрафів вони посідають однакове місце, у підсумковому протоколі вони записуються у тому порядку, у якому стартували. Після учасників, які отримали однаковий результат, залишається стільки незайнятих місць, скільки учасників мають однаковий результат, мінус одиниця.

9.5 В особисто – командних змаганнях результати зараховуються окремо кожному учаснику з додаванням штрафу, а командний результат визначається за сумою результатів всіх або тільки кращих учасників згідно Положенню.

9.6 В командних змаганнях результати визначаються з урахуванням загального часу проходження дистанції команди з врахуванням штрафу. Вище місце присуджується команді, яка має менший час. Першість при рівності результатів визначається Положенням. Кількість учасників команди визначається Положенням.

9.7 В особисто-командних змаганнях результати визначаються з урахуванням загального часу проходження дистанції учасниками команди з врахуванням штрафу. Вище місце присуджується команді, яка має менший час. При рівності результатів перевага віддається команді, яка має більше особистих перших (вищих) місць. Кількість учасників команди визначається Положенням.

10. Стартовий внесок

10.1 Незалежно від рангу змагань передбачається стартовий внесок за кожного учасника змагань за одну дистанцію.

10.2 Стартовий внесок використовується для покриття витрат з організації та проведенню змагань.

Стартовий внесок визначається організатором проведення змагань.

Додаток 1

Характеристики дистанцій

Види дистанцій	Клас дистанції	Назва дистанції	Покриття	Характеристика дистанції		Мінімальний вік учасника (за роком народження)	Мінімальна спортивна кваліфікація спортсменів (не нижче)
				Довжина, км	Сумарний набір висоти, м		
Короткі дистанції	I	Пересічена місцевість	штучне, ґрунт, комбіноване	2,5 ± 0,1	до 30	8	б/р
		Естафета	штучне, ґрунт, комбіноване	2,5 ± 0,1	до 30	8	б/р
	II	Пересічена місцевість	штучне, ґрунт, комбіноване	5 ± 0,3	до 30	10	б/р
		Естафета	штучне, ґрунт, комбіноване	5 ± 0,3	до 30		
	III	Пересічена місцевість	ґрунт	5 ± 0,3	від 40 ÷ 80	12	III с.р. (1 юн.)
			комбіноване		від 40 ÷ 90		
			штучне		від 40 ÷ 100		
			ґрунт	10 ± 0,5	від 30 ÷ 70		
			комбіноване		від 30 ÷ 80		
			штучне		від 30 ÷ 90		
		Естафета	ґрунт	5 ± 0,3	від 40 ÷ 80		
			комбіноване		від 40 ÷ 90		
			штучне		від 40 ÷ 100		
			ґрунт	10 ± 0,5	від 30 ÷ 70		
			комбіноване		від 30 ÷ 80		
			штучне		від 30 ÷ 90		

Довгі дистанції	IV	Гірський рельєф	по факту	5± 0,3	від 100 ÷ 300	14	III с.р
		Естафета	по факту	5± 0,3	від 100 ÷ 300		
		Пересічена місцевість	грунт	10 ±0,5	від 80 ÷ 110		
			комбіноване		від 90 ÷ 120		
			штучне		від 90 ÷ 130		
		Естафета	грунт	10 ±0,5	від 80 ÷ 110		
			комбіноване		від 90 ÷ 120		
			штучне		від 90 ÷ 130		
		V	Пересічена місцевість	грунт	10 ±0,5		
	комбіноване			від 100 ÷ 190			
	штучне			від 110 ÷ 200			
	Естафета		грунт	10 ±0,5	від 100 ÷ 180		
			комбіноване		від 100 ÷ 190		
			штучне		від 110 ÷ 200		
	Гірський рельєф		по факту	10 ±0,5	від 300 ÷ 500		
	Естафета		по факту	10 ±0,5	від 300 ÷ 500		
	VI		Пересічена місцевість	грунт	10 ±0,5	від 110 ÷ 210	16
		комбіноване		від 110 ÷ 220			
		штучне		від 110 ÷ 230			
		Естафета	грунт	10 ±0,5	від 110 ÷ 210		
			комбіноване		від 110 ÷ 220		
			штучне		від 110 ÷ 230		
		Гірський рельєф	по факту	10 ±0,5	від 500 ÷ 800		
		Естафета	по факту	10 ±0,5	від 500 ÷ 800		
		IV	Напівмарафон	штучне, грунт, комбіноване	21	від 35	
	Марафон		штучне, грунт, комбіноване	42	від 30	24	

	V	Напівмарафон	штучне, ґрунт, комбіноване	21	від 40	21	II с.р.
		Марафон	штучне, ґрунт, комбіноване	42	від 35	24	
	VI	Напівмарафон	штучне, ґрунт, комбіноване	21	від 45	21	I с.р.
		Марафон	штучне, ґрунт, комбіноване	42	від 40	24	
		Ультрамарафон	штучне, ґрунт, комбіноване	від 60	по факту		

Додаток 2

Система оцінювання помилок в техніці спортсмена

№	Опис помилки	Штраф картка	Пункт ТР
1	Рух по дистанції з частково закритим індивідуальним номером	Жовта	Загал.
2	Однотимчасне відштовхування однойменних рук та ніг	Жовта	6.1.2
3	Одноразова відсутність контакту однієї ноги з опорною поверхнею.	Жовта	6.2
4	Ходьба на напівзігнутих ногах	Жовта	6.2.1, 6.2.2
5	Відсутність акцентованого відштовхування палицями	Жовта	6.3
6	Відсутність виносу ліктя перед тулубом	Жовта	6.4
8	Кисть не знаходиться позаду тулуба	Жовта	6.4.2
9	Руки рухаються не паралельно корпусу	Жовта	6.4.4
10	Волочіння палиць по землі	Жовта	6.5
11	Зайвий підйом наконечників палиць вгору та розкид їх в сторони	Жовта	6.6
12	Наконечник палиці розташований за п'яткою задньої ноги	Жовта	6.7
13	Постановка палиць під прямим кутом (перед лінією тіла) під час руху	Жовта	6.7
14	Відсутній контакт при передачі естафети у ЗПЕ, або передача за її межами	Жовта	7.7.8
15	Зміна довжини палиці під час проходження дистанції	Червона	5.1.6
16	Біг та його різновиди	Червона	6.11
17	Навмисне створення перешкод для руху суперників у зонах "старт/фініш" (підрізання)	Червона	6.13
18	Зрізання дистанції.	Червона	6.16
19	Ігнорування вимог судді	Червона	8.7
20	Учасник бере участь в етапі на який не був заявлений	Червона	Загал.
21	Учасник своїми діями спричиняє травмування	Червона	Загал.
22	Неспортивна поведінка	Червона	8.10

ЗВІТ
головної суддівської колегії
про проведення спортивних змагань

Назва змагань _____
 Вид спорту _____
 Строки проведення з _____ по _____ 20__ року
 Місце проведення _____

Наказ (інший розпорядчий документ) організатора спортивного змагання
 від _____ 20__ року № _____, кошторис № _____

Кількість територій _____
 Кількість команд-учасниць _____
 Кількість учасників змагань:
 спортсменів: _____ осіб
 з них: чоловіки _____ осіб
 жінки _____ осіб
 інших офіційних представників _____ осіб
 спортивних суддів _____ осіб

Умови:

харчування: самостійно або централізовано (підкреслити)

місце проживання учасників _____

(назви готелів, гуртожитків тощо)

Результати спортивних змагань (додаються протоколи змагань у друкованому або електронному вигляді).

Встановлені рекорди (вказати результат, прізвище рекордсмена):

світу _____

Європи _____

України _____

адміністративно-територіальної одиниці _____

Прізвища спортсменів, які отримали травми під час участі у змаганні (причини, що призвели до отримання травми, попередній діагноз лікаря та методи лікування, чи був страховий випадок) _____

Проблеми, які виникли під час проведення змагання _____

Висновки. Зауваження та проблемні питання _____

Головний суддя змагань _____
 (підпис) (ім'я, ПРІЗВИЩЕ, суддівська категорія)

Головний секретар змагань _____
 (підпис) (ім'я, ПРІЗВИЩЕ, суддівська категорія)

_____ 20__ року

Додаток 4

Змагання _____
 (назва організації, що проводить змагання)

 (вид туризму, назва змагань, де і коли проводяться)

"Затверджую"

Головний суддя _____
 " " _____ 20__ р.

АКТ

здачі-прийому дистанції _____

1. Місце старту _____

2. Місце фінішу _____

3. Загальна характеристика дистанції _____

4. Довжина дистанції _____

5. Сумарний набір висоти _____

6. Максимальний кут нахилу на дистанції _____

7. Контрольний час _____

8. Інтервал старту між групами/підгрупами/командами/учасниками _____

9. Безпека дистанції _____

10. Термін остаточної готовності дистанції _____

Додаток: схема дистанції.

Начальник дистанції _____
 (підпис) (Ім'я. ПРІЗВИЩЕ)

Заст. головного судді з дистанції _____
 (підпис) (Ім'я. ПРІЗВИЩЕ)

Заст. головного судді з безпеки _____
 (підпис) (Ім'я. ПРІЗВИЩЕ)

Дистанція відповідає _____ класу.

Суддя-інспектор _____
 (підпис) (Ім'я. ПРІЗВИЩЕ)

Додаток 5

ІМЕННА ЗАЯВКА

на участь в _____
(назва і ранг спортивних змагань)

Місце проведення _____

Дата проведення _____

Команди _____

(в залежності від рангу і виду змагань: територіальна одиниця, спортивний клуб, ФСТ, школа, інше)

№ п/ п	Прізвище, ім'я по батькові	Дата народ- жен- ня	Зва- ння, роз- ряд	Регіон	Клуб, ФСТ, ДЮСШ	Вид (номер) прог- рами	Тренер	Підпис лікаря та печатка медич- ного закладу

Допущено до змагань _____ осіб Лікар _____
(підпис)

Представник команди: _____ Ім'я ПРІЗВИЩЕ
(підпис)

Голова територіального підрозділу ФСТУ _____ Ім'я ПРІЗВИЩЕ
підпис

МП " _____ " _____ 2024 р.

Керівництво управління молоді,
фізичної культури і спорту _____ Ім'я ПРІЗВИЩЕ
підпис

МП " _____ " _____ 2024 р.

Форма заповнюється обов'язково у друкованому вигляді, шрифтом Times New Roman 14 в альбомній (горизонтальній) орієнтації для всіх сторінок.

Додаток 6

 назва організації, що проводить змагання

Зведений протокол комісії з допуску учасників змагань

 (назва змагань)

 (де, коли)

№ з/п	Назва команди	Дані про команду											Прим.
		Спортивна кваліфікація									Стать		
		б/р	1 юн.	2 юн.	3 юн.	III с.р.	II с.р.	I с.р.	КМСУ	МСУ	чол.	жін.	
Загалом													

Голова комісії

Головний секретар

Додаток 7

Зразок протоколу попередніх результатів змагань

(назва організацій, що проводить змагання)

Протокол №__

Назва змагань _____

Строки проведення з _____ по _____ 20__ року

Місце проведення _____

Дистанція _____
(назва, довжина, клас, ранг змагань, вид змагань) (чоловіки/жінки, вікова категорія/підгрупа)

Стартовий номер	Прізвище, ім'я по батькові спортсмена	Рік народження	Спортивне звання/розряд	Регіон	Час старту	Час фінішу	Час походження дистанції	Штрафний час	Загальний час	Прізвище, ім'я тренера

Головний суддя

(підпис)

(Ім'я, ПРІЗВИЩЕ, суддівська категорія)

Головний секретар

(підпис)

(Ім'я, ПРІЗВИЩЕ, суддівська категорія)

Додаток 8

Зразок протоколу результатів змагань

(назва організацій, що проводить змагання)

Протокол №__

Назва змагань _____

Строки проведення з _____ по _____ 20__ року

Місце проведення _____

Дистанція _____
(назва, довжина, клас, ранг змагань, вид змагань) (чоловіки/жінки, вікова категорія/підгрупа)Кваліфікаційний ранг дистанції
Умови виконання розрядів

Стартовий номер	Місце	Прізвище, ім'я по батькові спортсмена	Рік народження	Спортивне звання/розряд	Регіон	Час проходження дистанції	Штрафний час	Загальний час	% від результату переможця	Виконаний норматив	Прізвище, ім'я тренера
	I										
	II										
	III										
	4										
	5										

Головний суддя

(підпис)

(Ім'я, ПРІЗВИЩЕ, суддівська категорія)

Головний секретар

(підпис)

(Ім'я, ПРІЗВИЩЕ, суддівська категорія)

Суддя

(підпис)

(Ім'я, ПРІЗВИЩЕ, суддівська категорія)

Додаток 9**Зразок протоколу старту**

Протокол старту №__

Назва змагань _____

Дата "___" ____ 20__ року

Дистанція _____

Суддя на старті _____

Вікова категорія (вікова підгрупа) _____

Порядковий номер старту	Стартовий номер учасника	Прізвище, Ім'я	Час старту, ГГ:ХХ	Примітка
1	501			
2	502			
3	510			
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

Суддя _____
(підпис)_____
(Ім'я, ПРІЗВИЩЕ, суддівська категорія)

Зразок протоколу фінішу

Протокол фінішу №__

Назва змагань _____

Дата "___" ____ 20__ року

Дистанція _____

Суддя на фініші _____

Вікова категорія (вікова підгрупа) _____

Порядковий номер фінішу	Стартовий номер учасника	Час фінішу, ГГ:ХХ	Примітка
1	510		
2	508		
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

Суддя _____
(підпис)_____
(Ім'я, ПРІЗВИЩЕ, суддівська категорія)

Додаток 11**Зразок протоколу точки контролю /зони передачі естафети**

Назва змагань _____

Дата "___" ____ 20__ року

Дистанція _____

Суддя _____ Точка контролю _____

Порядковий номер учасника	Картка			Пункт ТР	Примітка
	З	Ж	Ч		
Коло/етап №					
501					
510					
513					
Коло/етап №					
517					
510					
513					
Коло/етап №					

Суддя _____
(підпис)_____
(Ім'я, ПРІЗВИЩЕ, суддівська категорія)

Зразок зведеного протоколу штрафів

Назва змагань _____
 Дата "___" ____ 20__ року
 Дистанція _____

Порядковий номер учасника	Картка			Загальний штраф, с	Примітка
	З	Ж	Ч		

Головний секретар _____
 (підпис)

 (Ім'я, ПРИЗВИЩЕ, суддівська категорія)