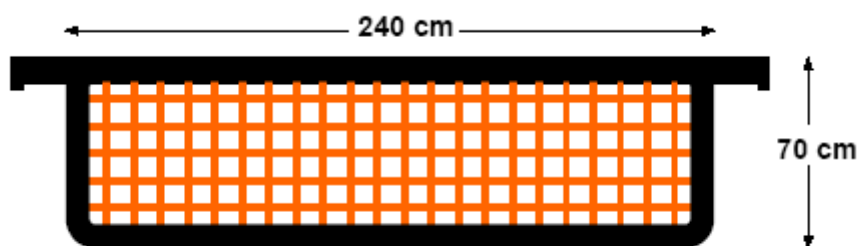
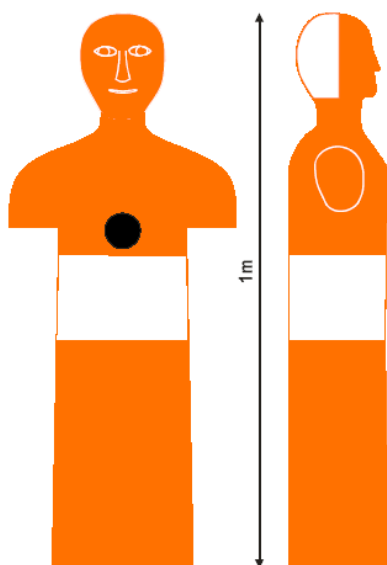

**REGULAMIN MISTRZOSTW POLSKI
W RATOWNICTWIE WODNYM
OSTROWIEC ŚWIĘTOKRZYSKI
18 – 20 CZERWCA 2010 ROKU**

1. Organizacja i przeprowadzenie zawodów.
 - 1.1. Mistrzostwa Polski w Ratownictwie Wodnym (MP) organizuje jednostka wojewódzka Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego po przyznaniu jej prawa do tego przez Zarząd Główny WOPR.
 - 1.2. Jednostka wojewódzka WOPR powołuje Komitet Organizacyjny MP, któremu przewodniczy Prezes tej jednostki
2. Zdolność do uczestnictwa.
 - 2.1. Do udziału w MP drużyny żeńskie i męskie mogą być zgłaszane wyłącznie za pośrednictwem jednostek wojewódzkich WOPR lub jednostek terenowych będących ich członkami.
 - 2.2. Uczestnicy MP zgłaszają się do sekretariatu z legitymacją WOPR z wpisem stwierdzającym opłacenie składki członkowskiej.
 - 2.3. W MP mogą brać udział drużyny zagraniczne i krajowe innych podmiotów działających w ratownictwie, zgłoszone przez właściwe władze tych podmiotów.
 - 2.4. Sędziowie MP nie mogą startować w MP jako zawodnicy.
 - 2.5. Drużyny narodowe zgłaszane są poprzez biuro Zarządu Głównego WOPR z deklaracją spełniania przez zawodników kryteriów dopuszczających do uczestnictwa w MP.
 - 2.6. Zgłoszenie drużyny dokonuje się poprzez przesłanie właściwego formularza.
3. Zawodnicy i zawodniczki.
 - 3.1. Drużyna nie posiadająca pełnego składu, będzie brała udział odpowiednio w męskich lub żeńskich konkurencjach (nie jest obowiązkowe wystawienie obydwu ekip: męskiej i żeńskiej jako członków drużyny).
 - 3.2. Słowa zawarte w tym regulaminie oznaczające płeć męską (jego, on, zawodnik itp.) obejmują również kobiety.
 - 3.3. Udział w MP mogą brać zawodnicy, którzy mają ukończone 14 lat w roku zawodów.
 - 3.4. Zgodnie z zaleceniami ILSE, MP mają być wolne od dopingu z możliwością przeprowadzania testów antydopingowych podczas wszystkich konkurencji.
4. Strój drużynowy / strój do zawodów.
 - 4.1. Wszyscy zawodnicy muszą nosić kąpielówki lub kostiumy zgodnie ze standardami zatwierdzonymi przez ILSE.
 - 4.2. Zawodnik noszący kostium uważany za niewłaściwy nie zostanie dopuszczony do startu. Zawodnik lub drużyna zostanie wykluczona z zawodów, jeśli nie będzie stosownie ubrana.
 - 4.3. Na życzenie organizatorów zawodnicy muszą nosić strój wyznaczony i dostarczony przez Komitet Organizacyjny.
 - 4.4. Każda drużyna musi być ubrana stosownie podczas ceremonii otwarcia i wręczania nagród.
 - 4.5. Kierownicy drużyn, trenerzy i pomocnicy muszą brać udział w ceremoniach i nosić ubrania identyfikujące ich z drużyną.
5. Nagrody i trofea.
 - 5.1. MP są to zawody drużynowe z nagrodami wręczanymi pierwszym trzem drużynom według punktacji Mistrzostw, spełniającym wszystkie warunki.
 - 5.2. Zwycięzcy zostaną uznani Drużynowymi Mistrzami Polski w Ratownictwie Wodnym.
 - 5.3. Wyróżnione zostaną trzy pierwsze drużyny męskie i żeńskie.
 - 5.4. Startujące drużyny otrzymają pamiątkę uczestnictwa w Mistrzostwach.
 - 5.5. Trzech pierwszych zawodników i trzy pierwsze sztafety, które zajmą najlepsze miejsca w każdej z konkurencji indywidualnych MP otrzymają medale.

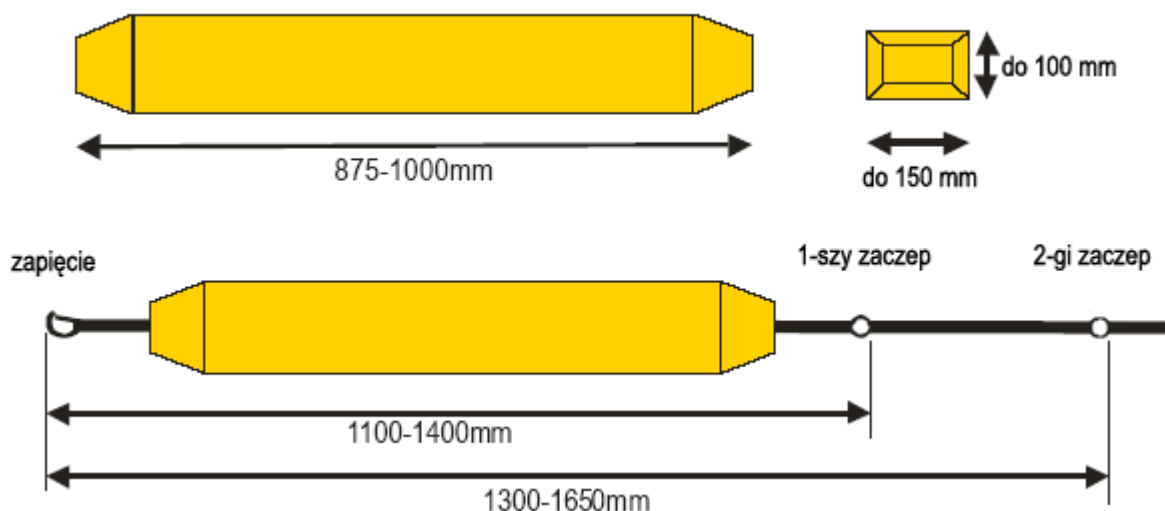
- 5.6. Trzech pierwszych zawodników, którzy zajmą najlepsze miejsca w punktacji generalnej Mistrzostw, w kategorii kobiet jak i mężczyzn, otrzyma puchary.
- 5.7. Zwycięzcy poszczególnych konkurencji oraz klasyfikacji generalnej zostaną uznani indywidualnymi Mistrzami Polski w Ratownictwie Wodnym, odpowiednio w danej konkurencji i w klasyfikacji generalnej.
6. Opłaty za udział w zawodach.
- 6.1. W ramach opłaty startowej pokrywanej ze środków startującej drużyny Organizator zapewnia zakwaterowanie i wyżywienie.
- 6.2. Organizator może dokonać w całości lub części opłat za pobyt i zakwaterowanie po uprzednim poinformowaniu uczestników.
7. Informacje ogólne.
- 7.1. Podczas MP wykorzystany będzie sprzęt zatwierdzony przez Komisję Sportu w porozumieniu z Sędzią Głównym zawodów.
- 7.2. Wnioski w sprawach organizacji MP można składać na adres: sport@wopr.pl lub Komisja Sportu WOPR, ul. Pytlasińskiego 17, 00-777 Warszawa.
8. Pływalnia oraz sprzęt.
- 8.1. MP odbędą się na 50-cio metrowej pływalni.
- 8.2. Minimalna głębokość to 1,35 m, maksymalna głębokość to 3 m.
- 8.3. Przeszkody używane podczas konkurencji na pływalni mają rozmiar 70 cm wysokości oraz 240 cm szerokości i nie posiadają elementów niebezpiecznych, mają wewnętrzną część ramy z siatki, która uniemożliwi przepłynięcie przezeń zawodnikowi, z widoczną górną krawędzią przeszkody umiejscowioną na linii powierzchni wody.



- 8.4. Na MP zostaną zastosowane hermetyczne manekiny plastikowe typu PITET o wysokości 1 m.



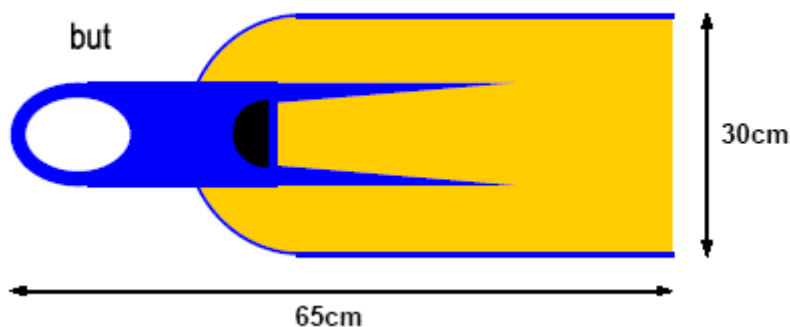
8.5. Pasy ratownicze typu „węgorz” spełniające wymagania ILSE zapewnia organizator MP.



8.6. Łodzie wiosłowe do konkurencji 100 m wiosłowanie łodzią ratowniczą zapewnia organizator Mistrzostw.

9. Sprzęt własny.

- 9.1. Każda drużyna musi dysponować własnymi płetwami.
- 9.2. Para płetw używana w zawodach ma posiadać całkowitą długość łącznie z "butem" lub paskiem na pięcie (regulowanym paskiem na pięcie) do 0,65m oraz największą szerokość do 0,30 m.
- 9.3. Płetwy mierzone są na nogach zawodnika bądź w specjalnie do tego przygotowanych miarkach.
- 9.4. Płetwy nie zostaną dopuszczone do użytkowania, jeśli nie spełniają wymogów podanego wyżej rozmiaru lub stanowią zagrożenie bezpieczeństwa.



10. Warunki zawodów.

- 10.1. Kierownicy drużyn i zawodnicy odpowiedzialni są za zaznajomienie się z programem zawodów oraz przepisami i regulaminem dotyczącymi poszczególnych konkurencji.
- 10.2. Zawodnicy zgłaszają się punktualnie w wyznaczonym miejscu zbiórki przed rozpoczęciem każdej konkurencji.
- 10.3. Podstawianie lub wykorzystywanie nieautoryzowanych zawodników będzie skutkować dyskwalifikacją drużyny.
- 10.4. Spóźnieni na miejsce zbiórki zawodnicy nie będą dopuszczeni do konkurencji.

- 10.5. Uczestnicy MP nie biorący udziału w konkurencji muszą opuścić wyznaczone miejsce jej rozgrywania.
- 10.6. Zawodnicy zobowiązani są stosować się do przepisów, a ich naruszenie będzie zgłaszane Sędziemu Głównemu, który podejmie odpowiednie działania.
- 10.7. W przypadku konkurencji 100m akcja z łodzią ratowniczą odbywającej się w niebezpiecznych warunkach, sędzia jest władny odwołać ją lub przesunąć.
- 10.8. Jeśli nastąpi odwołanie konkurencji, nawet po przeprowadzeniu kilku biegów itp., żadne punkty nie zostaną przyznane żadnej drużynie w punktacji ogólnej.
- 10.9. Komitet Organizacyjny MP w porozumieniu z Sędzią Głównym zastrzega sobie prawo do usunięcia lub zmiany kryterium zawodów i programu oraz ogłaszania zawiadomienia, publikacji i komunikatów w języku polskim na oficjalnej tablicy, której umiejscowienie podane zostanie na odprawie kierowników drużyn.
11. Udział drużyn.
 - 11.1. Drużyny rejestrują się przed zawodami w czasie i miejscu rejestracji podanym przez organizatora MP.
 - 11.2. Każdy zawodnik drużyny startuje w dowolnej ilości konkurencji.
 - 11.3. W trakcie MP drużyny przemieszczają się we własnym zakresie.
 - 11.4. Każde działanie podjęte przez drużynę próbujące przeszkodzić lub zaszkodzić innej drużynie będzie traktowane jako złamanie przepisów.
 - 11.5. Niewłaściwe zachowanie się uczestników drużyny lub jej pomocników w trakcie MP może być podstawą dyskwalifikacji i niedopuszczenia do następnych konkurencji.
 - 11.6. Jeżeli drużyna popełni poważne wykroczenie dyscyplinarne, powinna natychmiast skontaktować się z Komitetem Organizacyjnym Zawodów i wyjaśnić szczegóły zajścia.
 - 11.7. Komitet Organizacyjny Zawodów jest upoważniony do dyskwalifikacji drużyny startującej w Mistrzostwach, której zawodnicy złamali przepisy.
 - 11.8. Zawodnik lub drużyna, która nie stawi się na konkurencję w odpowiednim czasie lub odejdzie z miejsca zbiórki przed startem będzie zdyskwalifikowana w tej konkurencji i nie otrzyma za nią punktów.
 - 11.9. Udział zawodników w ceremonii otwarcia zawodów jest obowiązkowy. Nie wzięcie udziału w ceremonii otwarcia będzie traktowane jako złamanie przepisów niniejszego regulaminu i może oznaczać dyskwalifikację dla całej drużyny.
 - 11.10. Nie należy stosować podczas MP sztucznego napędu lub wspomagania (opaski, łopatkę, skafandry z rękawami itp.), z wyłączeniem przewidzianych dla danej konkurencji.

Uwaga: Dla celów stosowania ogólnych zasad, definicja „drużyna” obejmuje obecnych zawodników, trenerów, pomocników, kibiców i inne osoby podróżujące z drużyną.
12. Nominacje i zastępowanie zawodników.
 - 12.1. Formularz zgłoszeniowy Mistrzostw stanowi warunek włączenia indywidualnych nazwisk członków drużyn do listy zawodników.
 - 12.2. Zmiany lub zwiększenie do dopuszczalnej liczby członków składu zgłasza na piśmie (ponowne wypełnienie formularza zgłoszeniowego) wyłącznie kierownik drużyny właściwemu członkowi Komitetu Organizacyjnego MP, najpóźniej cztery godziny przed pierwszą punktowaną konkurencją, w której drużyna startuje.
 - 12.3. Po czasie określonym w p. 12.2. nie można wprowadzać zmian w składzie drużyny, poza wycofaniem zawodnika bez możliwości zastąpienia go innym zawodnikiem, który spełnia określone w p 2.1-6. wymogi.
13. Uczestnictwo działaczy.
 - 13.1. Sędziowie zobowiązani są do uczestniczenia w odpowiednich odprawach.
 - 13.2. Organizator i Sędzia Główny Mistrzostw ponoszą odpowiedzialność za przebieg i zakończenie Mistrzostw, w tym odprawy działaczy, spotkaniami z kierownikami drużyn, kompilacji punktacji i ogłaszania wyników.

- 13.3. Sędzia Główny jest upoważniony do dokonywania zmian uważanych za konieczne w celu zapewnienia bezpieczeństwa i porządku, w tym harmonogramu, a także należytego informowania za pośrednictwem oficjalnych biuletynów i odpraw.
- 13.4. Wygląd i zachowanie działaczy ma odpowiadać powszechnie przyjętym standardom.
14. Kodeks postępowania.
- 14.1. Uczestnicy Mistrzostw powinni uważać zawody i ceremonie za ważne publiczne wydarzenia w celu kreowania pozytywnego publicznego wizerunku WOPR.
- 14.2. Mistrzostwa otrzymują poparcie od rządu, samorządów, organizacji pozarządowych, przedsiębiorstw i społeczeństwa.
- 14.3. Niewłaściwe zachowanie będzie traktowane od pouczenia poprzez upomnienie i dyskwalifikację do wydalenia z zawodów poszczególnych uczestników i drużyn.
- 14.4. Działania skutkujące rozmyślnym wyrządzaniem szkód w miejscu zawodów, w miejscach zamieszkania lub niszczeniem cudzej własności oprócz odpowiedzialności cywilnej będą karane dyskwalifikacją zawodników lub drużyn (zawodników, trenerów, pomocników, kibiców i inne osoby podróżujące z drużyną) za to odpowiedzialnych.
- 14.5. Lżenie działaczy lub innych zawodników może skutkować dyskwalifikacją z zawodów.
- 14.6. Wymaga się od zawodników, działaczy i ogólnie wszystkich uczestników MP postępowania na najwyższym poziomie.
- 14.7. Organizator Mistrzostw może nakładać kary na indywidualnych członków drużyny lub na całe drużyny.
15. Spory, protesty i odwołania.
- 15.1. Protesty i odwołania od decyzji sędziów mogą być składane jedynie przez kapitanów drużyn Sędziemu Głównemu Mistrzostw.
- 15.2. Protesty dotyczące warunków rozgrywania konkurencji można składać do 30 minut przed rozpoczęciem każdej konkurencji.
- 15.3. Inne niż wymienione w punkcie 15.2. protesty oraz odwołania od decyzji sędziów muszą być składane w formie pisemnej w ciągu 30 minut od publikacji wyników oprotestowanej konkurencji lub oprotestowanego wyniku.
- 15.4. Każdy protest podlega kaucji w wysokości 100,- PLN. W przypadku uwzględnienia protestu kwota 100,- PLN zostanie w całości zwrócona składającemu protest. W przypadku nie uwzględnienia protestu kwota 100,- PLN nie jest zwracana składającemu protest i wpływa na konto organizatora MP.
- 15.5. Wszystkie protesty i odwołania od decyzji sędziów zostaną rozpatrzone i mogą być, stosownie do okoliczności, odrzucone (braki formalne), oddalone (bezzasadne) lub uznane (zasadne).
- 15.6. Wynik protestu i odwołania od decyzji sędziów powinien być oficjalnie ogłoszony i zamieszczony w komunikacie końcowym lub karcie startowej.
- 15.7. Procedura rozstrzygania protestów i odwołań od decyzji sędziów:
- 15.7.1. Bezzwłocznie po prawidłowym złożeniu protestu lub odwołania od decyzji sędziów, Sędzia Główny może rozstrzygnąć przedłożoną sprawę na miejscu lub odesłać ją do wyznaczonej Komisji Odwoławczej.
- 15.7.2. Oficjalne ogłoszenie wyników zostanie wstrzymane do momentu rozpatrzenia wszystkich protestów oraz odwołań mogących mieć wpływ na te wyniki.
- 15.7.3. Komisja Odwoławcza jest związana przekazaniem jej protestu lub odwołania od decyzji sędziów i musi rozpatrzyć.
- 15.7.4. Wykorzystanie wideo lub innego sprzętu służącego do rejestracji obrazu może wspomagać rozstrzygnięcie sporu.
- 15.8. Komisja Odwoławcza (KO) składa się z 3 osób. Skład KO będzie podany do ogólnej wiadomości w komunikacie organizacyjnym Mistrzostw.

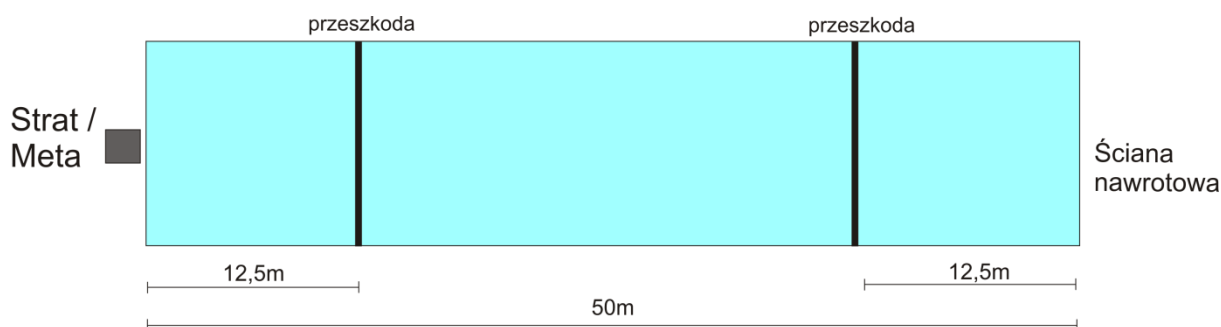
- 15.9. Skład KO ustala Komisja Sportu WOPR.
- 15.10. KO zabiera głos tylko i wyłącznie w przypadku protestów kwestionujących decyzję Sędziego Głównego oraz w przypadku odesłania przez Sędziego Głównego przedłożonej do rozstrzygnięcia sprawy.
16. Przyznawanie punktów.
- 16.1. Obliczanie punktów za każdą konkurencję przeprowadzoną w ramach MP odbywa się poprzez przeliczenie uzyskanego przez zawodnika wyniku na odpowiednią wartość punktową.
- 16.2. Na wynik końcowy zawodnika złożą się suma 5 najlepszych indywidualnych, przeliczonych wg ustalonych zasad, wyników zawodnika.
- 16.3. Na wynik końcowy drużyny męskiej/żeńskej złożą się suma wyników końcowych poszczególnych zawodników będących członkami tej drużyny (męskiej lub żeńskiej), przy czym punktuje maksymalnie czterech zawodników z najlepszymi wynikami.
- 16.4. Na wynik końcowy całej drużyny złożą się suma wyników końcowych drużyny męskiej i drużyny żeńskiej danej drużyny.
- 16.5. Dodatkowo wynik w konkurencjach 4 x 25 m sztafeta holowanie manekina, 4 x 50 m sztafeta z pasem ratowniczym węgorz, 4 x 50 m sztafeta pływanie stylem dowolnym z przeszkodami oraz rzut liną, po przeliczeniu wg ustalonych zasad na punkty i pomnożeniu przez dwa, będzie zaliczony do wyniku końcowego uzyskanego przez drużynę.
- 16.6. Jeżeli indywidualny zawodnik zostanie zdyskwalifikowany w danej konkurencji nie będzie mógł otrzymać żadnych punktów za zdobyte miejsce w tej konkurencji.
- 16.7. Jeżeli drużyna zostanie zdyskwalifikowana w danej konkurencji nie będzie mogła otrzymać żadnych punktów za zdobyte miejsce w tej konkurencji.
- 16.8. W przypadku remisu (uzyskania jednakowej liczby punktów) w klasyfikacji końcowej o miejscu zajęтым przez daną drużynę będzie decydowała liczba zajętych wyższych miejsc, a rozstrzygnięcie nastąpi przy użyciu następującego systemu: najwięcej 1 miejsc, najwięcej 2 miejsc, najwięcej 3 miejsc itd.
17. Konkurencje.
- 17.1. Każda drużyna składać się może najwyżej z pięciu zawodników i pięciu zawodniczek.
- 17.2. Konkurencje indywidualne:
- 17.2.1.1. 200 m pływanie stylem dowolnym z przeszkodami.
- 17.2.1.2. 200 m super ratownik.
- 17.2.1.3. 50 m ratowanie manekina.
- 17.2.1.4. 100 m ratownik.
- 17.2.1.5. 100 m ratowanie kombinowane.
- 17.2.1.6. 100 m ratowanie manekina w płetwach.
- 17.2.2. Konkurencje drużynowe:
- 17.2.2.1. 4 x 25 m sztafeta holowanie manekina
- 17.2.2.2. 4 x 50 m sztafeta z pasem ratowniczym węgorz
- 17.2.2.3. 4 x 50 m pływanie stylem dowolnym z przeszkodami
- 17.2.2.4. Rzut liną
- 17.3. Konkurencje 100 m wiosłowanie łodzią ratowniczą oraz Symulowana Akcja Ratownicza (SERC) nie są liczone do klasyfikacji generalnej Mistrzostw i są klasyfikowane oraz nagradzane oddzielnie.
18. Procedura startowa.
- 18.1. Na sygnał dźwiękowy (długi gwizdek) sędziego lub osoby przezeń nominowanej zawodnicy zajmują miejsca na słupku startowym lub w innej pozycji określonej w opisie konkurencji; Sędzia (lub osoba nominowana) daje znak starterowi do wydania sygnału startu; na komendę startera: „na miejsca” zawodnicy niezwłocznie przyjmują pozycję startową, gdy wszyscy znieruchomięą starter daje dźwiękowy sygnał do startu.

- 18.2. Falstart jest jednoznaczny z dyskwalifikacją zawodnika; wyścig nie zostaje zatrzymany, a zawodnik zostaje poinformowany o dyskwalifikacji po zakończeniu wyścigu (reguła jednego startu).
- 18.3. Jeżeli sędzia (lub osoba nominowana) zadecyduje, że nastąpił falstart techniczny, odgwiżdże to gwizdkiem, po czym nastąpi gwizdek startera (powtórzony).
- 18.4. Jeżeli z powodu błędu sędziego nastąpi błąd zawodnika, zawodnik nie zostanie zdyskwalifikowany.
- Uwaga: Elektroniczny pomiar czasu będzie wykorzystywany do określenia zwycięzcy, wszystkie miejsca i czasy zawodników odnosić się będą do każdego toru. Wyniki będą rejestrowane z dokładnością do 1/100 sekundy. Zainstalowany sprzęt do pomiaru czasu nie może przeszkadzać zawodnikom w starcie ani nawrotach. Miejsca i czas uzyskane w ten sposób będą miały pierwszeństwo przed decyzjami sędziów oraz sędziów mierzących czas. W przypadku awarii systemu elektronicznego lub w przypadku zauważenia wady tego systemu, a także, gdy zawodnik nie uruchomił systemu, za oficjalne uważa się decyzje sędziów i czas mierzony stoperami ręcznymi. Tablice końcowe, pomiaru i wydruku wyników są zgodne z używanymi przez Międzynarodową Federację Pływacką (FINA). Dodatkowo do elektronicznego pomiaru czasu przewidziany jest, co najmniej jeden sędzia mierzący czas na jeden tor. Ręczny pomiar czasu zawodnika dokonywany jest przez co najmniej jednego sędziego. Stopery są włączane na sygnał startowy i zatrzymywane, gdy zawodnik dotknie (w sposób widoczny dla sędziego) ściany końcowej dowolną częścią ciała. Jeśli czas mierzony jest przez dwóch sędziów, średnia z tych dwóch czasów będzie stanowić wynik uzyskany przez zawodnika. Jeżeli jeden z dwóch stoperów nie zadziała, za oficjalny czas przyjmuje się czas zmierzony przez drugi działający stoper.*
- Przyznawanie miejsc - jeżeli w danym biegu kolejność zawodników wyznaczona przez sędziów celowniczych nie jest zgodna z wynikami zmierzonymi przez sędziów mierzących czas, sędziowie celowniczy rozstrzygną kolejność miejsc na mecie. Zawodnikom przyznaje się ten sam czas, który uzyskuje się przez dodanie obydwa czasów do siebie i podzieleniu przez dwa.*
19. Sposoby trzymania i holowania manekina.
- 19.1. Manekin musi być holowany a nie pchany.
- 19.2. Twarz manekina musi znajdować się nad powierzchnią wody.
- 19.3. Manekina należy trzymać przynajmniej jedną ręką.
- 19.4. Manekina nie wolno trzymać za szyję, usta lub nos.
- 19.5. Manekin nie może być holowany za korek.
- 19.6. Dopuszcza się chwyt za brodę.
- 19.7. Nie wolno stracić kontaktu z manekinem aż do chwili dotknięcia końcowej ściany pływalni.
- 19.8. Zawodnik może odbić się od dna pływalni wypływając z manekinem.

OPIS KONKURENCJI

20. 200 m pływanie stylem dowolnym z przeszkodami.
- Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa 200 m stylem dowolnym. Podczas tej konkurencji zawodnik musi osiem razy przepłynąć pod zanurzoną przeszkodą. Zawodnik musi wypłynąć na powierzchnię po skoku oraz po pokonaniu każdej przeszkody. Zawodnik może się odbić od dna pływalni podczas wypływania spod każdej przeszkody.
- Uwaga: Wypływanie na powierzchnię oznacza przecinanie powierzchni wody tak, aby twarz zawodnika była widoczna.*
- Start (jak to opisano w pkt.18.1.), pomiar czasu (pkt.18.4.) oraz przyznawanie miejsc (16.1-8).

20.1. Schemat konkurencji.



20.2. Sprzęt.

Przeszkody – patrz punkt 8.3.

Przeszkody powinny zostać rozmieszczone na linach w poprzek pływalni w następujący sposób:

- przeszkody umocowane są do lin rozgraniczających tory,
- przeszkody umocowane są na 12,5 oraz na 37,5 metrze pływalni.

20.3. Dyskwalifikacje.

Falstart.

Jeśli zawodnik przepływa nad przeszkodą, nie wróci natychmiast i nie przepływa pod tą przeszkodą.

Brak wypłynięcia na powierzchnię po skoku.

Brak wypłynięcia na powierzchnię między przeszkodami oraz przeszkodą a ścianą pływalni. Brak dotknięcia ściany nawrotowej.

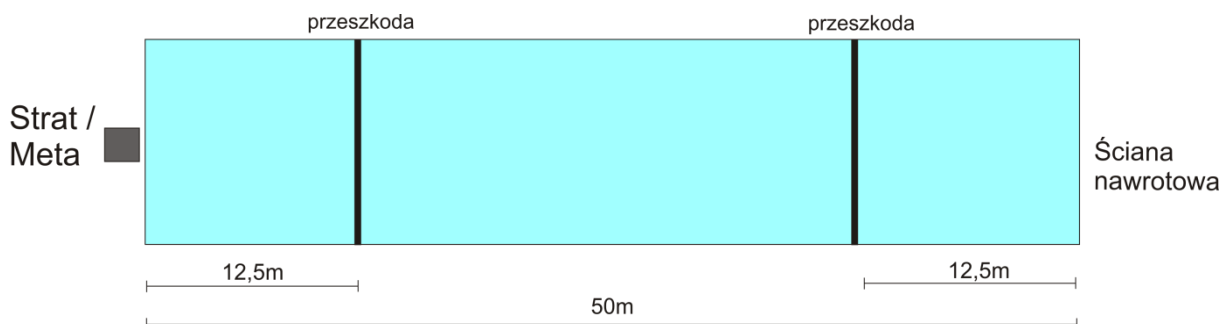
Brak dotknięcia ściany mety.

21. 4 x 50 m sztafeta pływania stylem dowolnym z przeszkodami.

Na sygnał dźwiękowy pierwszy zawodnik skacze do wody i przepływa 50 m sposobem dowolnym dwukrotnie pokonując przeszkodę. Po dotknięciu ściany pływalni na 50m przez pierwszego zawodnika, drugi, trzeci i czwarty powtarzają tą procedurę. Każdy zawodnik musi wypłynąć na powierzchnię po skoku oraz po pokonaniu przeszkody. Zawodnik może się odbić od dna pływalni podczas wypływania spod przeszkody.

Uwaga: Wypływanie na powierzchnię oznacza złamanie tafli wody.

21.1. Schemat konkurencji.



21.2. Sprzęt.

Przeszkody - patrz punkt 8.3.

Przeszkody powinny zostać rozmieszczone na linach w poprzek pływalni w następujący sposób:

- przeszkody umocowane są do lin rozgraniczających tory,
- przeszkody umocowane są na 12,5 metrze pływalni.

21.3. Dyskwalifikacje.

Falstart.

Jeśli zawodnik przepływa nad przeszkodą, nie wróci natychmiast i nie przepływa pod przeszkodą.

Brak wypłynięcia na powierzchnię po skoku.
Brak wypłynięcia na powierzchnię między przeszkodą a ścianą pływalni.
Brak dotknięcia ściany nawrotowej.
Brak dotknięcia ściany mety.

22. 50 m ratowanie manekina.

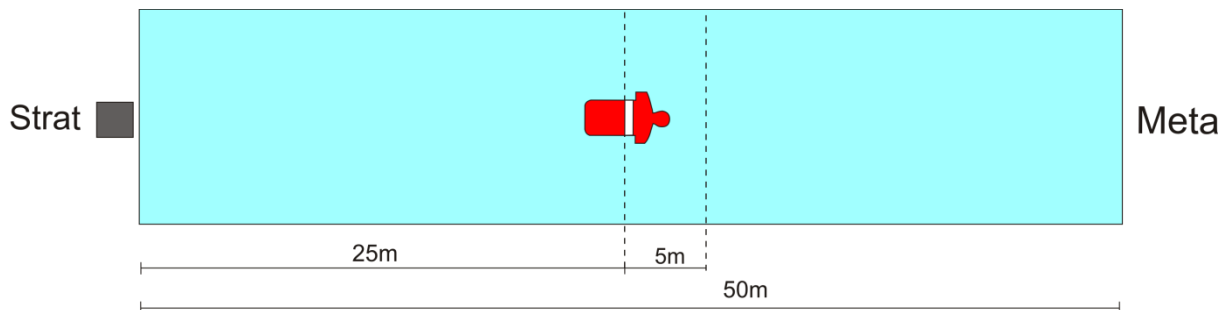
Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i płynie stylem dowolnym do manekina, który ułożony jest na 25 metrze pływalni. Następnie nurkuje po manekina, wyciąga go na powierzchnię w odległości nie większej niż 5 m od linii, na której manekin był ułożony i holuje go do mety.

Uwaga 1.: *Zawodnik może odbić się od dna podczas wyciągania manekina na powierzchnię wody.*

Uwaga 2.: *Manekin ma być holowany co najmniej jedną ręką i musi znajdować się w prawidłowej pozycji holowniczej zanim jego głowa przekroczy linię 5 m po jego wyciągnięciu.*

Start (jak to opisano w pkt.18.1.), pomiar czasu (pkt.18.4.) oraz przyznawanie miejsc (16.1-8).

22.1. Schemat konkurencji.



22.2. Sprzęt.

Manekin - patrz punkt 8.4.

Manekin podczas konkurencji ma być zakorkowany i całkowicie wypełniony wodą.

Ułożenie manekina:

- głębokość: manekin musi zostać ułożony na głębokości od 1,40m do 3,00 m,
- jeżeli głębokość wody przekracza 3,00 m, manekin musi zostać ułożony na platformie na przepisowej głębokości,
- manekin leży na plecach z głową zwróconą w kierunku mety.
- manekin ułożony jest w ten sposób, że górna część białego paska na korpusie manekina znajduje się dokładnie na 25 metrze.

22.3. Dyskwalifikacje.

Falstart.

Nie wynurzenie się przed zanurkowaniem po manekina.

Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp. podczas wyciągania manekina.

Wyciągnięcie manekina na powierzchnię wody za linią 5 m (liczone od czubka głowy).

Używanie nieprawidłowej techniki holowania, jak to opisano w pkt. 19.

Puszczenie manekina przed dotknięciem ściany mety.

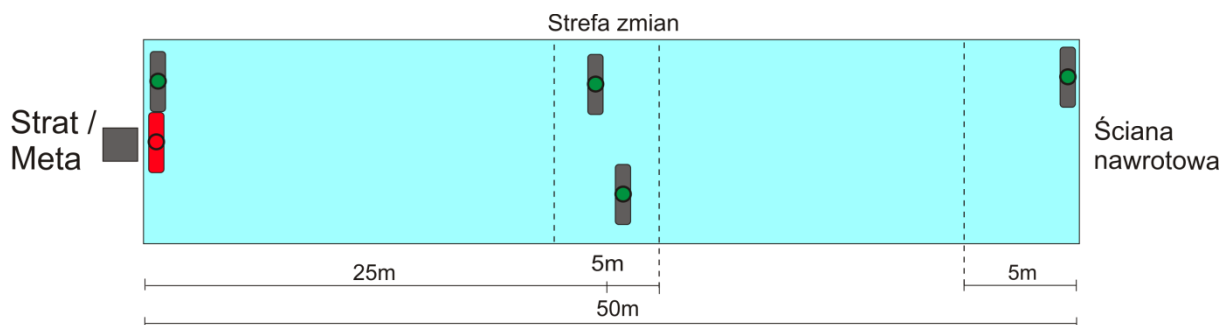
23. 4 x 25 m sztafeta holowanie manekina.

Czterech zawodników na zmianę holuje manekina. Pierwszy zawodnik znajduje się w wodzie trzymając jedną ręką manekina, drugą zaś przytrzymując się startowej krawędzi basenu. Na starcie konkurencji zawodnik musi tak trzymać manekina przynajmniej jedną ręką, aby twarz manekina znajdowała się nad powierzchnią wody. Na sygnał dźwiękowy zawodnik zaczyna holować manekina przez co najmniej 22,5 m i co najwyżej 27,5 m a następnie przekazuje go drugiemu zawodnikowi w strefie zmian. Strefa zmian wynosi 5 m i mieści się między 22,5 metrem pływalni

a 27,5 metrem pływalni. W dowolnym miejscu w strefie zmian można przekazać manekina kolejnemu zawodnikowi, jednakże w żadnym momencie nie można przytapiać twarzy manekina. Drugi zawodnik dotyka ściany nawrotowej i wtedy dopiero przekazuje manekina trzeciemu zawodnikowi. Trzecia zmiana wygląda tak samo jak pierwsza zmiana. Ostatni zawodnik, kończy konkurencję przez doholowanie manekina do mety i dotknięcie ściany dowolną częścią ciała. Zawodnik holujący manekina nie może go wypuścić dopóki następny zawodnik go nie przejmie. Trzeci zawodnik musi mieć kontakt ze ścianą nawrotową co najmniej jedną ręką przed przejściem manekina od drugiego zawodnika.

Start (jak to opisano w pkt.18.1.), pomiar czasu (pkt.18.4.) oraz przyznawanie miejsc (16.1-8).

23.1. Schemat konkurencji.



23.2. Sprzęt.

Manekin - patrz punkt 8.4.

Manekin ma być całkowicie wypełniony wodą i zakorkowany podczas konkurencji.

23.3. Dyskwalifikacje.

Falstart.

Nieprawidłowa zmiana w sztafecie i/lub zbyt szybkie przejęcie manekina (tj. zmiana holowania manekina przed dotknięciem ściany basenu lub poza strefą zmian lub zbyt wczesny start kolejnego zawodnika).

Używanie nieprawidłowej techniki holowania, jak to opisano w pkt. 19.

Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp. podczas przejmowania manekina.

Zawodnik, który puści manekina przed dokonaniem zmiany.

Zawodnik, który puści manekina przed dotknięciem ściany mety.

Nie rozpoczęcie konkurencji z twarzą manekina będącą ponad powierzchnią wody przytrzymywaną przynajmniej jedną ręką.

Przytapienie manekina podczas zmiany.

24. 100 m ratownik.

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa 50 m stylem dowolnym w płetwach i z pasem ratowniczym „węgorz”. Do 50m dystansu lina pasa musi być maksymalnie rozciągnięta. Po dotknięciu ściany nawrotowej zawodnik musi założyć pas ratowniczy wokół i pod ramionami manekina w strefie nie przekraczającej 5 m od ściany basenu (decyduje czubek głowy manekina). Następnie zawodnik holuje manekina 50 m z powrotem do ściany mety. Zawodnik musi holować manekina na linii maksymalnie rozciągniętej używając pasa ratowniczego, zawodnik nie może przytrzymywać manekina z wyłączeniem strefy nawrotowej w której zakłada pas ratowniczy na manekina.

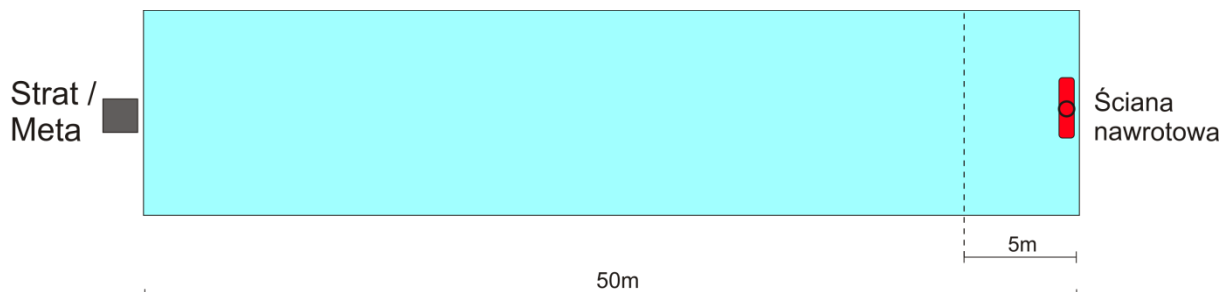
Uwaga 1: Jeśli po starcie zawodnik zgubi jedną lub obie płetwy, może nadal kontynuować konkurencję. Zawodnik może odszukać płetwę (lub płetwy). Zawodnikowi nie wolno wystartować w innym biegu.

Uwaga 2: Jeśli po zabezpieczeniu manekina zawodnik go zgubi, zawodnik może wrócić po manekina i kontynuować konkurencję bez kary. Zawodnikowi nie będzie wolno wystartować ponownie w innym biegu.

Uwaga 3: *Jeśli podczas zawodów, zgodnie z opinią Sędziego, cały pas ratowniczy, lina i/lub pas wykażą defekt techniczny, Sędzia może zezwolić zawodnikowi na powtórzenie wyścigu.*

Start (jak to opisano w pkt.18.1.), pomiar czasu (pkt.18.4.) oraz przyznawanie miejsc (16.1-8).

24.1. Schemat konkurencji.



24.2. Sprzęt.

Manekin - patrz punkt 8.4.

Przygotowanie: manekin zostanie wypełniony wodą w taki sposób, żeby pływał, a poziom wody sięgał górnej krawędzi linii poprzecznej na jego korpusie.

Położenie: przed rozpoczęciem konkurencji manekin zostanie ustawiony przez osobę trzymającą go w prawym rogu toru (patrzac w kierunku ściany nawrotowej z pozycji zawodnika). Manekin musi być ułożony pionowo i zwrócony twarzą do ściany nawrotowej.

Uwaga 1: *Osoba trzymająca manekina będzie członkiem tej samej drużyny co zawodnik, nie wolno jej przebywać w wodzie.*

Uwaga 2: *Osoba trzymająca manekina musi puścić manekina natychmiast po dotknięciu przez zawodnika ściany nawrotowej. Osoba trzymająca manekina nie może popychać manekina w kierunku zawodnika lub ściany nawrotowej.*

Płetwy - patrz punkt 9.

Pas ratowniczy - patrz punkt 8.5.

24.3. Dyskwalifikacje.

Falstart.

Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp. podczas zakładania pasa ratowniczego na manekina.

Nieprawidłowe umocowanie pasa ratowniczego wokół manekina (tzn. nie wokół i nie pod obydwoma ramionami).

Nie zabezpieczenie pasa ratowniczego wokół manekina (liczone od czubka głowy) przed linią 5 m.

Pchanie manekina zamiast holowania.

Nie utrzymywanie twarzy manekina nad powierzchnią wody podczas jego holowania (patrz opis konkurencji oraz sekcja ogólna w odniesieniu do technik holowania).

Zawodnik dotykający ściany mety bez pasa ratowniczego i manekina ułożonych w prawidłowej pozycji.

Puszczenie pasa ratowniczego i/lub manekina przed dotknięciem ściany mety.

Płynięcie pierwszych 50m z liną pasa maksymalnie nierozciągniętą.

Nie holowanie manekina na linie pasa ratowniczego w całości rozciągniętego jak to wyszczególniono w opisie konkurencji.

Osoba trzymająca manekina nie puści go natychmiast po dotknięciu przez zawodnika ściany nawrotowej.

Osoba trzymająca manekina popchnie go w kierunku zawodnika.

25. 100 m ratowanie kombinowane.

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa 50 m stylem dowolnym. Podczas nawrotu i tuż po nim zawodnik musi zanurkować i przepłynąć pod wodą

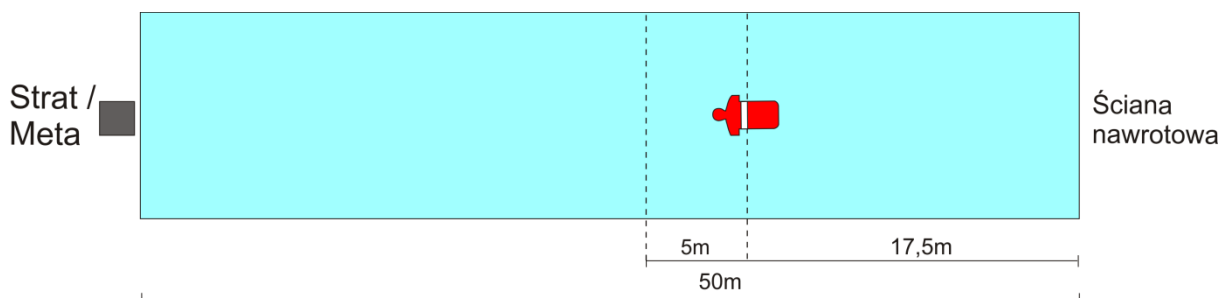
do manekina, który jest umieszczony: w odległości 17,5 m dla kobiet i mężczyzn. Zawodnik nie może wziąć oddechu po odbiciu od ściany nawrotowej. Po wyciągnięciu manekina w strefie pięciu (5) metrów, zawodnik holuje manekina przez pozostały dystans do ściany mety.

Uwaga 1: Zawodnik może odbić się od dna podczas wyciągania manekina na powierzchnię wody.

Uwaga 2: Manekin ma być holowany co najmniej jedną ręką i musi znajdować się w prawidłowej pozycji holowniczej zanim jego głowa przekroczy linię 5 m po jego wyciągnięciu.

Start (jak to opisano w pkt.18.1.), pomiar czasu (pkt.18.4.) oraz przyznawanie miejsc (16.1-8).

25.1. Schemat konkurencji.



25.2. Sprzęt.

Manekin - patrz punkt 8.4.

Manekin ma być całkowicie wypełniony wodą i zakorkowany podczas konkurencji.

Ułożenie manekina:

- głębokość: manekin musi zostać ułożony na głębokości od 1,40m do 3,00 m,
- jeżeli głębokość wody przekracza 3,00 m, manekin musi zostać ułożony na platformie lub innej formie pomocniczej na przepisowej głębokości,
- kierunek: poprzeczny pas pośrodku korpusu manekina musi znajdować się na linii 17,5 m, manekin leży na plecach z głową zwróconą w kierunku mety.

25.3. Dyskwalifikacje.

Falstart.

Jeśli zawodnik wypłynie na powierzchnię po nawrocie i wynurzy się przed wyjęciem manekina.

Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp. podczas wyciągania manekina.

Wyciągnięcie manekina na powierzchnię wody za linią 5 m (liczone od czubka głowy).

Używanie nieprawidłowej techniki holowania, jak to opisano w pkt.17.7.

Puszczenie manekina przed dotknięciem ściany mety.

26. 100 m ratowanie manekina w płetwach.

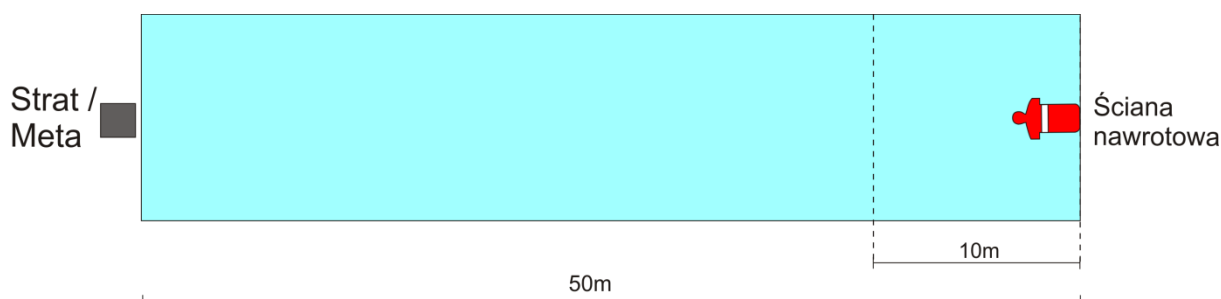
Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa stylem dowolnym 50 m w płetwach. Następnie zawodnik nurkuje po manekina, wyciąga go na powierzchnię wody w odległości nie przekraczającej 10 m od ściany nawrotowej i holuje go do mety (Przy podjęciu manekina zawodnik nie musi dotknąć ściany nawrotowej).

Uwaga 1.: Jeżeli, po starcie, zawodnik zgubi jedną lub obie płetwy, może nadal kontynuować konkurencję. Zawodnik może odszukać płetwę (lub płetwy). Zawodnikowi nie wolno wystartować w innym biegu.

Uwaga 2.: Manekin ma być holowany co najmniej jedną ręką i musi znajdować się w prawidłowej pozycji holowniczej zanim jego głowa przekroczy linię 10 m od ściany po jego wyciągnięciu.

Start (jak to opisano w pkt.17.5), pomiar czasu (pkt.17.8), oraz przyznawanie miejsc (16.1-8).

26.1. Schemat konkurencji.



26.2. Sprzęt.

Manekin - patrz sekcja 8.4.

Manekin musi być całkowicie wypełniony wodą i zakorkowany podczas konkurencji.

Ułożenie manekina:

- głębokość: manekin musi zostać ułożony na głębokości od 1,40m do 3,00 m,
- jeżeli głębokość wody przekracza 3,00 m, manekin musi zostać ułożony na platformie (lub w inny podobny sposób) na przepisowej głębokości,
- kierunek: manekin leży na plecach na dnie pływalni, platformie lub innej formie pomocniczej, dotykając korpusem do ściany, z głową zwróconą w kierunku mety.

Płetwy - patrz sekcja 9.2.

26.3. Dyskwalifikacje.

Falstart.

Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp. podczas wyciągania manekina.

Wyciągnięcie manekina na powierzchnię wody za linią 10 m (liczone od czubka głowy). Używanie nieprawidłowej techniki holowania, jak to opisano w pkt.19.

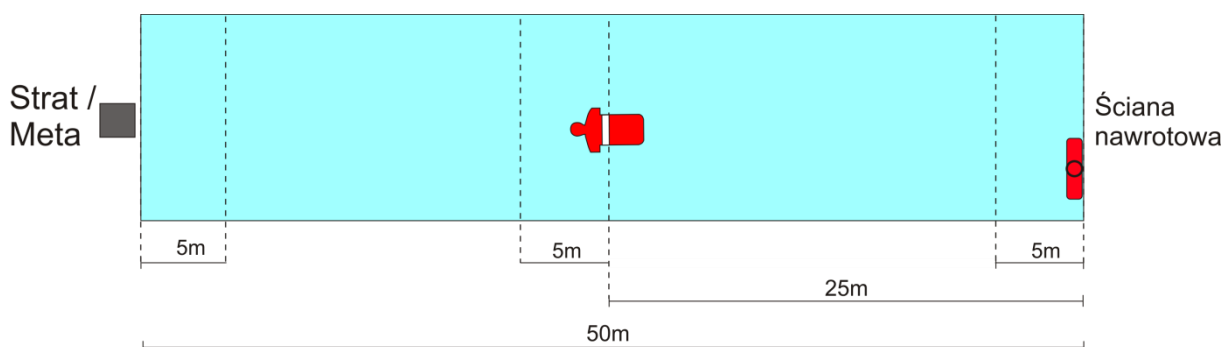
Puszczenie manekina przed dotknięciem ściany mety.

27. 200 m super ratownik.

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa 75 m stylem dowolnym. Po przepłynięciu tego dystansu zawodnik nurkuje po manekina, który ułożony jest na 75 metrze, wyciąga go na powierzchnię wody w strefie 5 m i holuje w kierunku mety. Po dotknięciu ściany na 100 m zawodnik puszcza manekina a następnie w strefie 5 m zakłada płetwy oraz pas ratowniczy i przepływa 50 m stylem dowolnym z liną pasa maksymalnie rozciągniętą. Po dotknięciu ściany nawrotowej zawodnik zakłada pas ratowniczy na manekina w obrębie 5 m i holuje go do mety. Zawodnik musi holować manekina na linie maksymalnie rozciągniętej używając pasa ratowniczego. Zawodnik nie może przytrzymywać manekina z wyłączeniem strefy nawrotowej w której zakłada pas ratowniczy na manekina.

Start (jak to opisano w pkt.18.1.), pomiar czasu (pkt.18.4.) oraz przyznawanie miejsc (16.1-8).

27.1. Schemat konkurencji.



27.2. Sprzęt.

Manekin - patrz punkt 8.4.

Ułożenie manekina:

- manekin znajdujący się na 75 m ma być całkowicie wypełniony wodą i zakorkowany podczas konkurencji,
- manekin znajdujący się na 150 m ma być wypełniony wodą w taki sposób, żeby pływał, a poziom wody sięgał górnej krawędzi linii poprzecznej na jego korpusie,
- przed rozpoczęciem konkurencji manekin zostanie ustawiony przez osobę trzymającą go w prawym rogu toru (patrząc w kierunku ściany nawrotowej z pozycji zawodnika),
- manekin musi być ułożony pionowo i zwrócony twarzą do ściany nawrotowej.

27.3. Dyskwalifikacje.

Falstart.

Przypadki opisane w pkt. 24.3.

Wyciągnięcie manekina na powierzchnię wody za linią 5 m (liczone od czubka głowy).

Używanie nieprawidłowej techniki holowania, jak to opisano w pkt.19.

Puszczenie manekina przed dotknięciem ściany mety.

Założenie pasa ratowniczego oraz płetw poza strefą 5 m.

Płynięcie do 150m z liną pasa maksymalnie nierozciągniętą.

Holowanie manekina zabezpieczonego w pasie na linie maksymalnie nierozciągniętej.

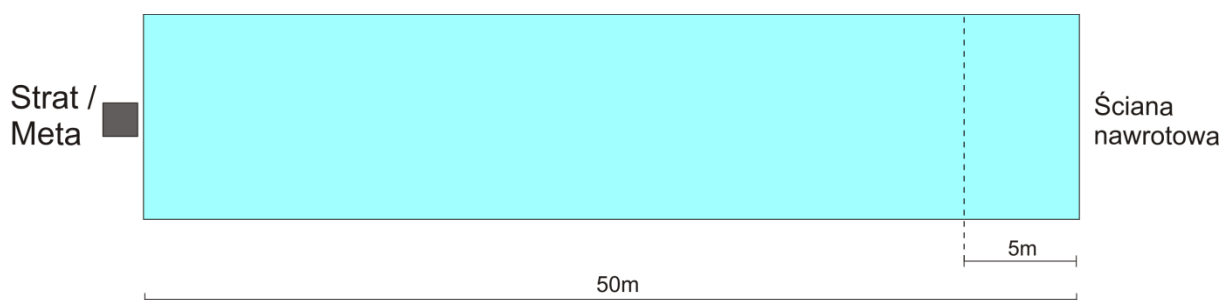
28. 4 x 50 m sztafeta z pasem ratowniczym węgorz.

Na sygnał startera pierwszy zawodnik skacze do wody i przepływa 50 m stylem dowolnym. Po dotknięciu ściany na 50 m (pięćdziesiątym metrze) przez pierwszego zawodnika, drugi zawodnik skacze do wody i przepływa 50 m stylem dowolnym w płetwach. Trzeci zawodnik przepływa 50 m stylem dowolnym z założonym pasem ratowniczym. Po dotknięciu ściany nawrotowej zawodnik przekazuje szarfę węgorza czwartemu zawodnikowi, który znajduje się (w płetwach) w wodzie i czeka przy brzegu trzymając się co najmniej jedną ręką krawędzi basenu. Trzeci zawodnik po przekazaniu szarfę węgorza chwyta pływak pasa ratowniczego obydwoma rękami i jest holowany przez czwartego zawodnika do ściany mety; może pomagać podczas holowania kopiąc nogami – żadna inna pomoc nie jest dozwolona. Trzeci zawodnik musi mieć kontakt z pasem ratowniczym przed przekroczeniem linii 5 m. Czwarty zawodnik płynie stylem dowolnym do ściany mety.

Uwaga.1.: Jeżeli, po starcie, zawodnik zgubi jedną lub obie płetwy, może nadal kontynuować konkurencję. Zawodnik może odszukać płetwę (lub płetwy). Zawodnikowi nie wolno wystartować w innym biegu.

Uwaga.2.: Zawodnikowi trzeciemu płynącemu z założonym pasem ratowniczym wolno zdjąć pas i przekazać jego szarfę czwartemu zawodnikowi dopiero po dotknięciu ściany nawrotowej.

28.1. Schemat konkurencji.



28.2. Dyskwalifikacje.

Falstart.

Nieprawidłowa zmiana w sztafecie i/lub zbyt szybkie przejście lub przekazanie pasa ratowniczego (tj. chwycenie szarfy przez czwartego zawodnika przed dotknięciem ściany basenu przez trzeciego zawodnika).

Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp.

Utrata kontaktu fizycznego przez trzeciego zawodnika z pływakiem pasa ratowniczego podczas gdy jest on holowany przez czwartego zawodnika.

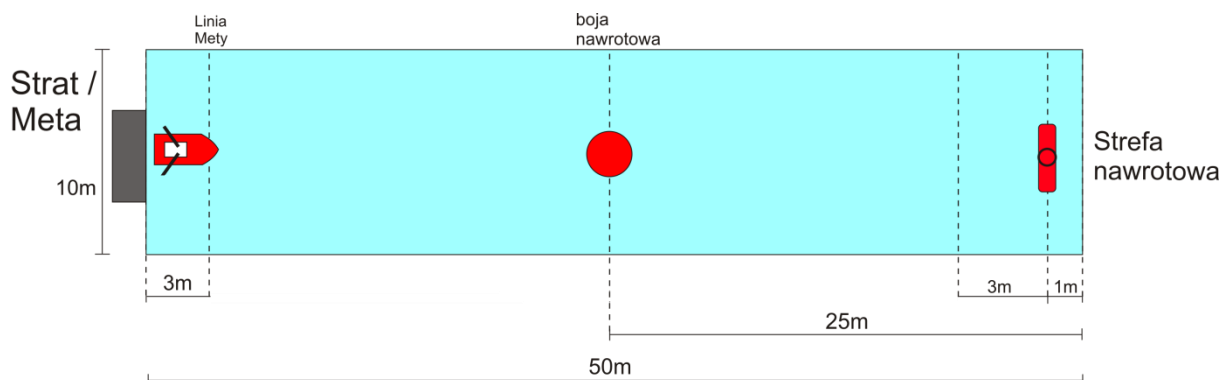
Pozorant trzyma pas ratowniczy za linkę lub klamrę.

Pozorant pomaga ruchami rąk.

29. 100 m wiosłowanie łodzią ratowniczą.

Na sygnał dźwiękowy zawodnik wskakuje do łodzi, wiosłuje do boi, okrąża ją, wiosłuje do zanurzonego manekina, podnosi go będąc na rufie i wraca do boi posługując się tylko jednym wiosłem, okrąża ją i wraca do linii mety nadal używając tylko jednego wiosła.

29.1. Schemat konkurencji.



29.2. Szczegółowy opis konkurencji.

Przed startem zawodnik przygotowuje łódź. Podczas tej czynności zawodnik może korzystać z pomocy innej osoby, która musi opuścić pomost i wyznaczoną strefę przed startem. Nadmiar wody może być usunięty, łódź przygotowana do startu, wiosła umieszczone wewnątrz łodzi. Po przygotowaniu łodzi zawodnik opuszcza ją, staje na pomoście i trzyma ją bez niczyjej pomocy naprzeciw linii startu, rufa łodzi znajduje się przy krawędzi pomostu (lub brzegu basenu). Sędzia lub osoba przez niego nominowana pyta zawodników czy są gotowi. Jeśli zawodnik potwierdzi i powtórzy słowo „gotów” starter daje sygnał do startu. Następnie starter daje dźwiękowy sygnał startu. Zawodnik wskakuje do łodzi i płynie przy pomocy dwóch wiosł do boi umiejscowionej w odległości 25 m od linii startu, prostopadłe do niej. Zawodnik wykonuje jedno pełne krążenie wokół boi. Gdy już to zrobi, wiosłuje do manekina pływającego

w pozycji pionowej z głową nad powierzchnią wody na 49 metrze od linii startu. Zawodnik podpływa do manekina przy użyciu dwóch wiosł rufą do manekina nie dotykając go ani łodzią, ani wiosłem. Zawodnik musi przekroczyć linię 3 m od manekina używając obydwu wiosł, rozsądza przekroczenie linii przez dziób łodzi. Zawodnik podnosi manekina z wody w części rufowej łodzi aż do ukazania się poprzecznej linii na jego korpusie nad linią wody. W tym momencie sędzia obserwujący konkurencję daje sygnał dźwiękowy (gwizdek) wskazujący zawodnikowi puszczenie manekina. Ponadto sędzia sygnalizuje, czy podejście zawodnika do manekina było prawidłowe (biała flaga) czy nieprawidłowe (czerwona flaga). Sędzia obserwujący manekina powinien także obserwować, czy zawodnik prawidłowo wykonał obrót wokół boi. Zawodnik może złapać manekina z dowolnej części łodzi i przesunąć go do odpowiedniego miejsca podnoszenia (rufa) w celu wyciągnięcia go z wody. Gdy zawodnik dotknie już manekina jedną lub obydwoma rękami, to nie zostanie zdyskwalifikowany, jeśli następnie manekin zostanie uderzony łodzią lub wiosłem. Jeśli manekin został podniesiony i sygnał dźwiękowy został odgwizdany, zawodnik może wrócić do linii startu, lecz używając tylko jednego wiosła, od momentu przekroczenia linii 3 m przez dziób łodzi. Dozwolone jest wiosłowanie lub piórkowanie. Zawodnik musi okrążyć boję (na 25 m) ponownie. Linia mety znajduje się w odległości 3 m od krawędzi startu. Czas jest zatrzymywany, kiedy dziób łodzi przekroczy linię mety. Linia musi być widoczna dla zawodników i sędziów. Jeżeli zawodnik wypłynie ze swojego toru, musi jak najszybciej na niego powrócić. Ukończenie konkurencji na własnym torze jest warunkiem jej ważności. Jeżeli jakakolwiek część łodzi zostanie uszkodzona i/lub złamana podczas konkurencji (wiosło, dulka, ławka) zawodnik może wystartować powtórnie (po 15-45 minutach odpoczynku). Jeżeli podczas konkurencji jeden zawodnik przeszkodzi drugiemu wpływając na jego tor, sędzia zadecyduje, czy poszkodowany zawodnik może powtórzyć konkurencję czy podtrzymany zostanie czas przez niego osiągnięty. Zawodnik, któremu przeszkadzono musi ukończyć konkurencję. Może następnie powtórzyć konkurencję w innym biegu (po 15-45 minutach odpoczynku), jeśli tak zadecyduje sędzia. W przypadku falstartu, wszyscy zawodnicy muszą rozpocząć bieg od początku. Konkurencja zostanie automatycznie zakończona po 3 minutach 30 sekundach dla mężczyzn i 3 minutach i 45 sekundach dla kobiet.

29.3. Sprzęt.

Łódź ratownicza do zawodów na wodach śródlądowych.

Manekin - patrz punkt 8.4. Manekin zostanie wypełniony wodą w taki sposób, żeby pływał, a poziom wody sięgał górnej krawędzi linii poprzecznej na jego korpusie. Manekin musi być ułożony pionowo i zwrócony twarzą do linii startu.

29.4. Ustawienie toru.

Konkurencja odbywa się na torze 50 - metrowym. Boja jest zakotwiczona na 25 m od startu, a manekin na 49 m od linii startu. Konkurencja będzie przeprowadzana na wodzie otwartej w warunkach, gdzie nie oddziałuje prąd morski, pływy czy fale. Tam, gdzie nie ma odpowiednich warunków, konkurencja odbędzie się na 50 m pływalni.

Ustawienie toru jest następujące:

- boja: zostanie zakotwiczona pośrodku toru w odległości 25 m od krawędzi startu na osi prostopadłej do linii startu. Boja musi być dobrze widoczna na powierzchni wody (boja sygnalizacyjna w kolorze żółtym, pomarańczowym lub czerwonym o średnicy od 0,50 m do 1 m),
- tory: za zgodą Komisji Sportu WOPR i przy założeniu, że warunki odbycia konkurencji będą jednakowe dla wszystkich zawodników, Komitet Organizacyjny może przeprowadzić tą konkurencję na kilku torach, co umożliwiłoby jednoczesny start kilku zawodników; szerokość torów musi wynosić minimum 10 m mierzone wewnątrz torów; tory muszą być oznakowane,

- flagi i sygnały dla sędziów obserwujących manekina to: kolor czerwony - dyskwalifikacja, kolor biały - brak dyskwalifikacji,
- platforma startowa: wysokość platformy startowej może być co najwyżej o 25 cm wyższa niż krawędź rufy; materiały zabezpieczające: odbijające mogą być wykorzystywane do ochrony łodzi przybijających do ściany mety.

29.5. Pomiar czasu oraz przyznawanie miejsc.

Czas jest mierzony przez dwóch sędziów. Stopery są uruchamiane na sygnał dźwiękowy. Czas jest zatrzymywany, kiedy dziób łodzi przekroczy linię mety lub gdy zabrmi drugi sygnał dźwiękowy po upływie czasu przeznaczonego na rozegranie konkurencji. Każdy zawodnik, który nie przekroczył linii mety przed drugim sygnałem dźwiękowym będzie automatycznie zdyskwalifikowany. Dwóch sędziów mierzących czas: jeśli czas mierzony jest przez dwóch sędziów, średnia z tych dwóch czasów będzie stanowić wynik uzyskany przez zawodnika. Jeśli jeden z dwóch stoperów nie zadziała, za oficjalny czas przyjmuje się czas zmierzony przez drugi działający stoper.

Przyznawanie miejsc: Jeżeli w danym biegu kolejność wyznaczona przez sędziów celowniczych nie jest zgodna z wynikami zmierzonymi przez sędziów mierzących czas, sędziowie celownicy rozstrzygną kolejność zawodników na mecie. Zawodnikom przyznaje się ten sam czas. Czas ten uzyskuje się przez dodanie obydwu czasów do siebie i podzieleniu przez dwa (jeśli dwóch zawodników jest branych pod uwagę).

29.6. Dyskwalifikacje.

Falstart.

Brak okrążenia boi.

Dotknięcie manekina łodzią lub wiosłem zanim zawodnik dotknie go osobiście (niezależnie od siły uderzenia i ilości razy).

Brak drugiego wiosła na linii mety (Uwaga: zawodnik nie będzie zdyskwalifikowany, jeśli wiosło zostanie wyciągnięte z wody i dowiezione do mety).

Przeszkadzanie lub pomaganie innemu zawodnikowi (lub jego łodzi) na innym torze.

Przeszkadzanie innemu zawodnikowi wiosłem lub łodzią, pomimo pozostania na swoim torze.

Łapanie się ręką lub wiosłem lub wykorzystanie zewnętrznej pomocy do utrzymania równowagi lub do napędzania łodzi (chyba, że dokonane przypadkowo).

Ukończenie konkurencji poza swoim torem.

Nie przekroczenie linii 3 m przed dopłynięciem do manekina przy użyciu obydwu wioseł (rozsądza dziób łodzi).

Nie użycie tylko jednego wiosła po przekroczeniu linii 3 m po puszczeniu manekina (rozsądza dziób łodzi).

30. Rzut liną.

Na długi dźwięk gwizdka zawodnik wchodzi do wyznaczonej strefy rzutu i pozostaje tam. Na komendę startera "Na miejsca" zawodnik niezwłocznie przyjmuje pozycję startową. W momencie gdy zawodnicy znajdują się w bezruchu starter daje sygnał do rozpoczęcia konkurencji (start odbywa się zgodnie z "regułą jednego startu"). Na sygnał startera zawodnik ściąga linę, następnie rzuca ją z powrotem do ofiary, po czym ściąga ofiarę na linię mety. Czas zatrzymywany jest gdy ofiara dotknie linii mety (wyznaczoną przez ścianę basenu).

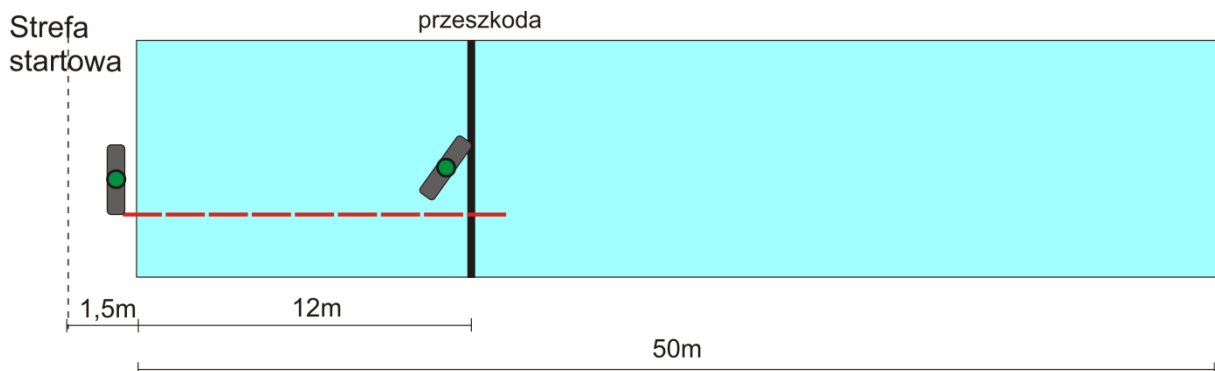
30.1. Pozycja startowa.

Zawodnicy stoją w bezruchu zwróceniem twarzy do ofiary, nogi mają złączone, a ręce wyprostowane w dół po obydwóch stronach ciała. Koniec liny trzymany jest w jednym ręku przy czym jej końców musi znajdować się wewnątrz dłoni. Ofiara znajduje się w wodzie w środkowej części swojego toru. Od momentu poprzedzającego start ofiara musi trzymać (obiema bądź jedną ręką)

jednocześnie linę oraz oznaczone miejsce na poprzeczce. Nadwyżka liny pozostaje w wodzie ponad oraz za poprzeczką.

Uwaga: Ofiara i zawodnik pozostają (odpowiednio) w wodzie i w strefie rzutu aż do momentu zasygnalizowania przez sędziego zakończenia konkurencji. Ofiara może złapać linę tylko wtedy, gdy spadnie ona w obrębie toru oraz w zasięgu jego ramion bez puszczania wyznaczonego obszaru na poprzeczce i bez przeciągania poprzeczki. Podczas ściągania ofiara musi być skierowana głową do przodu oraz leżeć na brzuchu. Musi trzymać ona linę obiema rękami.

30.2. Schemat konkurencji.



30.3. Strefa rzutu.

Zawodnicy muszą pozostawać w obszarze przydzielonym do ich torów. Obszar ten powinien być wyraźnie wyznaczony, w odległości 1,5 m od brzości pływackiej.

30.4. Limit czasowy.

Zawodnicy muszą wykonać poprawny rzut oraz ściągnąć ofiarę w czasie nie przekraczającym 30 sekund. W przypadku nieudanego rzutu (zbyt krótki lub poza tor) zawodnicy mogą ściągać oraz rzucać linę do skutku (z uwzględnieniem 30-sekundowego limitu czasowego). Zespoły które nie zdążą ukończyć konkurencji w limicie czasowym zostaną zanotowane jako "Nie ukończył konkurencji" (DNF).

30.5. Sprzęt.

Lina pleciona, prężna oraz zrobiona z polipropylenu. Średnica liny powinna wynosić 8 mm (z granicą tolerancji 1 mm), natomiast jej długość powinna mieścić się w granicach 16,5 m - 17,5 m.

Poprzeczka sztywna, umieszczona na powierzchni wody w odległości 12m od linii mety. Po środku musi być wyraźnie zaznaczone miejsce w którym ofiara trzyma poprzeczkę.

30.6. Dyskwalifikacje.

Falstart.

Nietrzymanie przez rzucającego końcówki liny wewnątrz dłoni.

Puszczenie przez ofiarę poprzeczki bądź przemieszczenie dłoni poza wyznaczony obszar na poprzeczce (przed złapaniem liny).

Opuszczenie strefy rzutu w momencie pomiędzy startem a sygnałem oznajmiającym koniec konkurencji.

31. Symulowana akcja ratownicza (SERC).

Konkurencja Symulowana Akcja Ratownicza (SERC; ang. Simulated Emergency Response Competition) ma na celu sprawdzenie umiejętności oceny sytuacji, wykorzystywania wiedzy ratowniczej oraz wykazywania inicjatywy, działającej pod kierownictwem kapitana, drużyny czterech ratowników biorących udział w symulowanej, wcześniej żadnemu z zawodników nie znanej, sytuacji zagrożenia.

Konkurencja jest oceniana w dwuminutowym limicie czasowym. Wszystkie drużyny startują w tej samej sytuacji zagrożenia i oceniane są przez tych samych sędziów.

W konkurencji SERC nie ma wyszczególnionej kategorii ze względu na płeć. Drużyny mogą składać się z dowolnej kombinacji mężczyzn i kobiet.

31.1. Zasady ogólne.

- 31.1.1. Kapitan drużyny oraz pozostali zawodnicy są zobowiązani do zapoznania się z regulaminem oraz harmonogramem konkurencji.
- 31.1.2. Drużyna może nie zostać dopuszczona do startu w konkurencji w przypadku spóźnienia się na miejsce odprawy.
- 31.1.3. Sędzia Główny podejmuje decyzję czy konkurencja będzie odbywać się w seriach, półfinałach czy w finałach.
- 31.1.4. Kolejność startu drużyn zostanie rozlosowana w dniu startu i podana do ogólnej wiadomości przed rozpoczęciem konkurencji.
- 31.1.5. Zawodnicy biorący udział w konkurencji muszą się stawić o wskazanym czasie we wskazanym zamkniętym pomieszczeniu. Zespół, który nie stawi się na czas w pomieszczeniu w pełnym składzie jest zdyskwalifikowany.
- 31.1.6. Przed rozpoczęciem konkurencji i podczas jej trwania startujące drużyny są odizolowane w specjalnie wyznaczonym, zamkniętym pomieszczeniu bez możliwości widzenia i słyszenia przebiegu konkurencji. Scenariusz konkurencji, aktorzy i wszelkie urządzenia są tajne dla zawodników do momentu startu.
- 31.1.7. Zawodnicy powinni traktować ofiary ostrożnie - psychiczne i fizyczne znęcanie się jest niepotrzebne, niewłaściwe i będzie wpływało na obniżenie oceny.
- 31.1.8. Zawodnicy mogą używać okularów korygujących. Utrata takich okularów nie może być podstawą do protestu lub odwołania. Okulary pływackie oraz maski są zabronione.
- 31.1.9. Wszyscy zawodnicy danej drużyny zobowiązani są do nałożenia jednakowych czepków. Kapitan drużyny powinien mieć wyraźnie wyróżniający się czepek.
- 31.1.10. Zawodnik nie zostanie zdyskwalifikowany jeśli zgubi czepek po rozpoczęciu konkurencji.
- 31.1.11. Punkty przyznane za wykonanie konkurencji nie podlegają protestom lub odwołaniom
- 31.1.12. Po wykonaniu konkurencji zawodnicy mogą obserwować rywalizację kolejnych zespołów.

31.2. Początek konkurencji.

Drużyny są kolejno wyprowadzane z zamkniętego pomieszczenia na basen, gdzie po sygnale mają do czynienia z ofiarami, które znajdują się w różnych miejscach i wymagają różnego rodzaju pomocy.

Aktorzy rozpoczynają symulacje bezpośrednio przed sygnałem startu. Dopiero po rozpoczęciu symulowania przez aktorów sędzia daje sygnał do wejścia zawodników w strefę konkurencji. Na sygnał zawodnicy rozpoczynają akcję ratowniczą bez możliwości przekroczenia limitu czasu.

31.3. Strefa konkurencji.

Konkurencja SERC może być rozgrywana w różnorodnych zamkniętych lub otwartych obiektach basenowych. Strefa konkurencji powinna być jasno i dokładnie określona zawodnikom przed rozpoczęciem konkurencji (np. punkty wejścia i wyjścia, strony basenu które mogą być wykorzystane). Zawodnicy powinni być poinformowani przed konkurencją o elementach w granicach strefy konkurencji, które nie mogą być usunięte bądź wykorzystane. O ile zawodnicy nie zostali poinformowani inaczej, wszystkie rekwizyty w strefie konkurencji uważane są za znalezione.

31.4. Scenariusz konkurencji.

Scenariusz SERC pozostaje tajny do czasu rozpoczęcia konkurencji i jest on tworzony za pomocą następujących metod:

- kombinacja sytuacji jednej bądź wielu osób ze sobą powiązanych,
- grupy osób uwikłanej w wiele sytuacji powiązanych ze sobą wspólnym tematem takim jak impreza na basenie, czy przewrócona, zatłoczona łódź.

Symulowanie sytuacji powinno być realizowane w sposób możliwie realistyczny ale zarazem bezpieczny tj. nie prowokujący w sposób nadmierny wyobraźni zawodników (na przykład w sytuacji, w której aktor skarży się na spalone ręce, rozłożone powinny być tylko atrapy dowodów pożaru, drutów elektrycznych bądź chemikaliów - nie należy natomiast używać prawdziwych akcesoriów).

31.5. Ofiary, manekiny i świadkowie.

Ofiary są grane przez aktorów, którzy prezentują różnego rodzaju wypadki, wymagające różnego rodzaju pomocy. Aktorzy mogą symulować ofiary nie pływające, słabo pływające, rannych oraz nieprzytomne. Dodatkowo zawodnicy mogą spotkać się z sytuacją wymagającą resuscytacji manekinów w roli ofiar oraz z pływakami i gapiami.

Rola ofiary w scenariuszu może ulec zmianie (np. nieprzytomny może odzyskać przytomność) pod warunkiem, że znaki odzwierciedlają tę zmianę i odbywa się ona w tym samym czasie dla wszystkich zespołów lub też w wyniku pewnego przewidzianego zachowania zawodnika.

Zawodnicy powinni być poinformowani przed rozpoczęciem konkurencji jeśli ofiary znaczone są charakterystycznymi symbolami (np. czerwony krzyżyk na czole wskazujący ofiarę nieprzytomną; czarny krzyżyk na czole wskazujący ofiarę nieoddychającą).

31.6. Wyposażenie.

Zawodnicy mogą korzystać ze wszystkich elementów i rekwizytów znajdujących się w strefie konkurencji z wyłączeniem tych, o których zostali poinformowani, że nie mogą być usunięte bądź wykorzystane. Zawodnicy nie mogą wносить własnych rekwizytów do strefy konkurencji.

31.7. Start i czas konkurencji.

Konkurencja będzie się rozpoczynać i kończyć na ustalony sygnał sędziego. Konkurencja trwa dwie minuty i tylko za działania podjęte w tym czasie są oceniani zawodnicy oraz drużyna jako całość.

31.8. Zasady ratowania.

Zawodnik podlega odpowiedzialności ratownika WOPR. Od wszystkich zawodników, działających w drużynie koordynowanej przez kapitana, oczekuje się odpowiedzialności oraz postępowania zgodnie z wiedzą ratowniczą oraz niniejszym regulaminem.

W przeciwieństwie do tych ratowników, którzy często pracują w drużynie dobrze wyszkolonej jedynie w warunkach wodnych kontrolowanych, ratownik startujący w SERC musi być przygotowany na nieoczekiwane sytuacje zagrożenia gdzie nie będzie miał możliwości zastosowania specjalistycznego sprzętu, ustalonych procedur i regulaminów. W takich okolicznościach osobiste bezpieczeństwo ratownika ma pierwszorzędne znaczenie i powinno być odnotowane w arkuszu ocen.

Zawodnicy stosują następujące, podstawowe czynności ratownicze:

- rozpoznanie problemu,
- ocena sytuacji,
- planowanie działania w celu rozwiązania problemu,
- ratowanie,
- opieka nad ofiarą.

Przy ocenie sytuacji zawodnicy biorą pod uwagę:

- możliwości ratowników,
- liczbę ofiar,
- lokalizację ofiar,
- stan ofiar (pływające, słabo pływające),
- dostępny sprzęt przydatny do ratowania,
- warunki miejscowe (głębokość itp.).

Na podstawie własnej oceny sytuacji zawodnicy określają plan przebiegu działania, który może obejmować:

- szukanie pomocy,
- organizowanie pomocy,
- informowanie gapiów mogących pomóc,
- gromadzenie możliwego sprzętu ratowniczego,
- wykonanie akcji ratowniczej w razie potrzeby.

Plan powinien wprowadzać kontrolę nad sytuacją i dążyć do uratowania tak wielu ofiar jak to możliwe. Kierowanie akcją ratowniczą z dużą ilością ofiar stawia ratowników przed wyborami.

Zawodnicy powinni kierować akcją w następujący sposób:

- sprawić aby osoby mobilne zaczęły się przemieszczać,
- zapewnić bezpieczeństwo osobom bezpośrednio zagrożonym,
- ocucić i reanimować osoby potrzebujące ciągłej pomocy,
- roztoczyć opiekę nad ofiarami.

Osoby mobilne są to te, które są w stanie płynąć samemu.

Osobami znajdującymi się w bezpośrednim zagrożeniu mogą być osoby nie pływające bądź ranni pływacy.

Osoby potrzebujące ciągłej pomocy to nieprzytomni, nie oddychający i z podejrzeniem uszkodzenia kręgosłupa.

Po odpowiednim opracowaniu planu zawodnicy powinni bezzwłocznie przystąpić do działania. Zawodnicy powinni być gotowi na zmiany w sytuacji i dostosować plan działania do odpowiedniego reagowania na zmiany.

Przy przeprowadzaniu ratowania zawodnicy muszą pamiętać o:

- ratowaniu z pozycji gwarantującej największe bezpieczeństwo dla nich samych,
- kierowaniu się zasadami ratowania,
- podejściu do ofiar z największą ostrożnością,
- unikaniu bezpośredniego kontaktu ze przytomną ofiarą.

Jeśli wejście do wody jest nieuniknione zawodnicy wybierają najbardziej skuteczne techniki dla danej sytuacji nie narażając przy tym własnego życia w jakikolwiek sposób.

Ważne jest aby zawodnicy wyraźnie pokazali swoje intencje i sposób działania sędziom.

31.9. Sędziowanie i ocenianie.

Wymaganych jest minimum sześciu sędziów plus Sędzia Główny. Arkusz ocen powinien być przygotowany przez jednego sędziego oceniającego cały scenariusz akcji ratowniczej oraz dla pozostałych sędziów oceniających postępowanie z poszczególnymi ofiarami. Zalecany jest jeden sędzia do każdego poszkodowanego.

Przed rozpoczęciem konkurencji sędziowie są informowani o scenariuszu sytuacji, procedurze oceniania i priorytetach oceniania.

Sędziemu przypisuje się ofiarę bądź grupę ofiar, który ocenia wszystkie drużyny dla tej części scenariusza dla całej konkurencji.

Podczas przyznawania punktów sędzia bierze pod uwagę co następuje:

- typ ofiary,
- odległość ofiary od bezpiecznego miejsca,
- wykorzystanie dostępnego sprzętu,
- szybkość oceny sytuacji,
- priorytety zawodników,
- jakość przeprowadzonej akcji,
- opieka nad ofiarą.

Wczesna i dokładna ocena sytuacji ofiary jest pierwszym krokiem do sukcesu w tej konkurencji. Odpowiednie rozpoznanie ściśle odnosi się do zakwalifikowania ofiary inscenizowanego wypadku, ustalenia priorytetów i podjęcia właściwych działań.

Punktacja powinna nagradzać zawodników, którzy odpowiednio wybrali ofiar wymagające najszybszej pomocy. Ocena zawodników dotycząca pierwszeństwa ofiar, będzie zależała od sytuacji. Ofiarom w wodzie zawodnicy powinni udzielić pomocy w następującej kolejności:

- słabo pływającym i innym mobilnym,
- nie pływającym i rannym pływającym,
- ofiarom wymagającym stałej opieki: nieprzytomnym, nie oddychającym, z podejrzeniem uszkodzenia kręgosłupa.

W scenariuszu mogą wystąpić szczególne elementy, które będą ocenione wyższymi notami za wykazanie się szczególnymi umiejętnościami i wyjątkową oceną sytuacji. Ocena ta będzie tajna dla sędziów i zawodników, a przeprowadzona przez Sędziego Głównego.

31.10. Dyskwalifikacje.

Falstart.

Nieposiadanie przez zawodników właściwych czepków.

Otrzymywanie pomocy, porad z zewnątrz.

Używanie jakichkolwiek telekomunikatorów w strefie konkurencji.

Używanie sprzętu niezapewnionego w konkurencji.

Fizyczne lub psychiczne znęcanie się nad aktorami.