

OPIS KONKURENCJI

PŁYWALNIA 50 METROWA

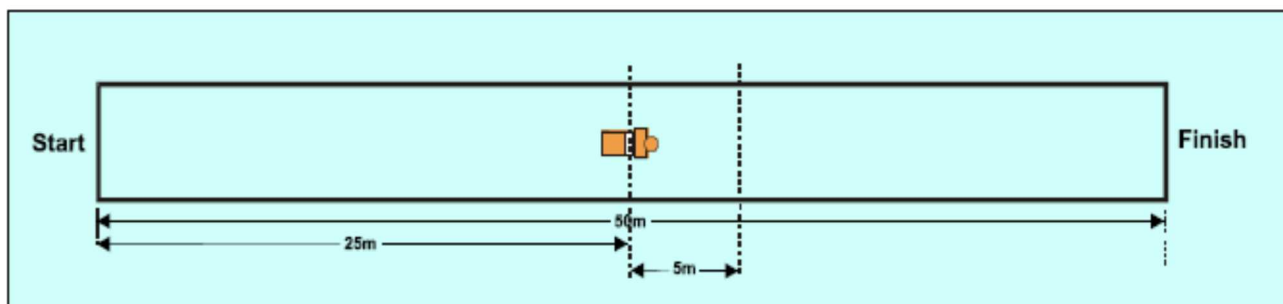
50M RATOWANIE MANEKINA

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i płynie stylem dowolnym do manekina, który ułożony jest na 25 metrze pływalni. Następnie zawodnik podejmuje manekina z dna pływalni, wyciąga go na powierzchnię w odległości nie większej niż 5m od linii, na której manekin był ułożony i holuje go do mety. Przed podjęciem manekina zawodnik musi wynurzyć się na powierzchnię.

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 5m.

SCHEMAT KONKURENCJI



SPRZĘT

Manekin - patrz punkt 8.3 zasad ogólnych regulaminu MP

Manekin podczas konkurencji ma być zakorkowany i całkowicie wypełniony wodą.

Ułożenie manekina:

- Głębokość: manekin musi zostać ułożony na głębokości od 1,30m do 3,00m.
- Jeżeli głębokość wody przekracza 3,00m, 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.

DYSKWALIFIKACJE

- Falstart.
- Brak wynurzenia się zawodnika na powierzchnię wody przed podjęciem manekina.
- Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp. podczas wyciągania manekina.
- Brak prawidłowej pozycji holowniczej za linią 5m (liczone od czubka głowy).
- Używanie nieprawidłowej techniki holowania, jak to opisano w pkt. 20.
- Puszczanie manekina przed dotknięciem ściany mety.
- Inne.

100M RATOWNIK

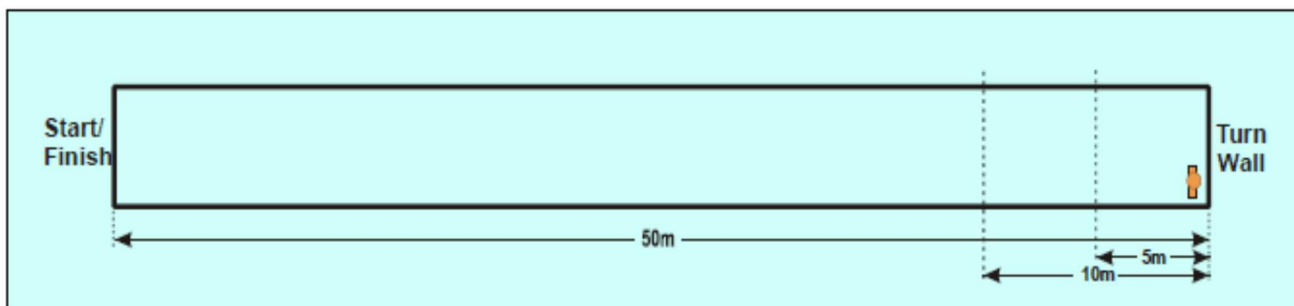
Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa 50m stylem dowolnym w płetwach i z pasem ratowniczym. Po dotknięciu ściany nawrotowej zawodnik musi założyć pas ratowniczy wokół i pod ramionami manekina w strefie nie przekraczającej 5m od ściany basenu (decyduje czubek głowy manekina), a następnie w strefie do 10m rozpoczyna holowanie manekina maksymalnie rozciągając linę pasa ratowniczego. Następnie zawodnik holuje manekina 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 podczas zawodów, zgodnie z opinią Sędziego Głównego (lub osoby przez niego nominowanej), pas ratowniczy, lina i/lub pas wykażą defekt techniczny, Sędzia Główny może zezwolić zawodnikowi na powtórzenie wyścigu.

Uwaga 3: Zawodnik przed startem do konkurencji może w dowolny sposób założyć szarfę pasa ratowniczego wokół własnych ramion.

SCHEMAT KONKURENCJI



SPRZĘT

Manekin - patrz punkt 8.3 zasad ogólnych regulaminu MP

Ułożenie manekina:

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

Położenie: Przed rozpoczęciem konkurencji manekin zostanie ustawiony, przez osobę trzymającą go, 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.

Uwaga 3: Osoba trzymająca manekina powinna nosić jednakowy czepek jak zawodnik startujący w danej serii.

Płetwy - patrz punkt 9 zasad ogólnych regulaminu MP

Pas ratowniczy - patrz punkt 8.4 zasad ogólnych regulaminu MP

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
- Nie zabezpieczenie pasa ratowniczego wokół manekina przed linią 5m.
- Nie rozciągnięcie liny pasa ratowniczego przed linią 10m.
- Pchanie manekina zamiast holowania.
- Nie utrzymywanie twarzy manekina w kierunku ku górze
- Dotknięcie ściany mety bez pasa ratowniczego i manekina ułożonych odpowiednio.
- Puszczenie pasa ratowniczego i/lub manekina przed dotknięciem ściany mety.
- Nie holowanie manekina na linie pasa ratowniczego w całości rozciągniętego jak to wyszczególniono w opisie konkurencji.
- Nie puszczenie przez osobę trzymającą manekina natychmiast po dotknięciu przez zawodnika ściany nawrotowej.
- Jeżeli osoba trzymająca manekina popchnie go w kierunku zawodnika.
- Zgubienie manekina podczas holowania.
- Inne

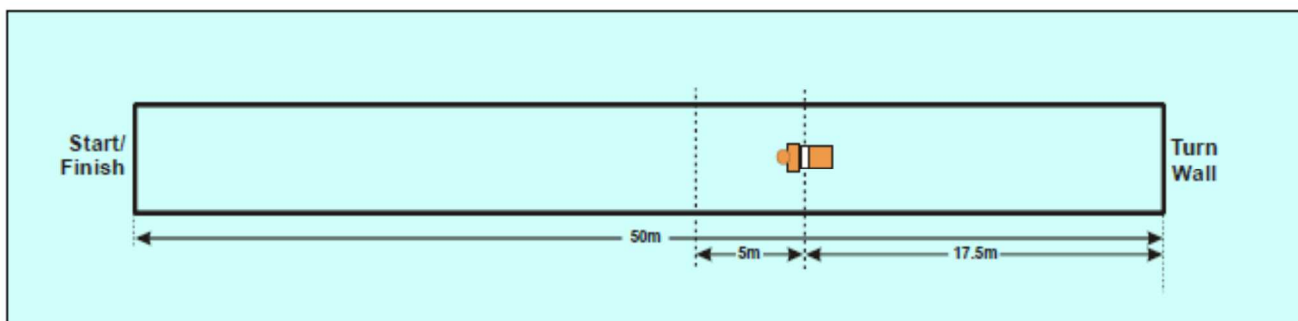
100M RATOWANIE KOMBINOWANE

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa 50m stylem dowolnym. Podczas nawrotu i tuż po nim zawodnik musi zanurkować i przepłynąć pod wodą do manekina, który jest umieszczony w odległości 17,5m od ściany nawrotowej (67,5m dystansu). Zawodnik nie może wziąć oddechu po odbiciu się 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, nie może chodzić po dnie pływalni.

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

SCHEMAT KONKURENCJI



SPRZĘT

Manekin - patrz punkt 8.3 zasad ogólnych regulaminu MP

Manekin ma być całkowicie wypełniony wodą i zakorkowany podczas konkurencji.

Ułożenie manekina:

- Głębokość: manekin musi zostać ułożony na głębokości od 1,30m do 3,00m.
- Jeżeli głębokość wody przekracza 3,00m, manekin musi zostać ułożony na platformie lub innej formie pomocniczej na przepisowej głębokości.

Kierunek: Poprzeczny pas pośrodku korpusu manekina musi znajdować się na linii 17,5m od ściany nawrotowej pływalni (67,5m dystansu). Manekin leży na plecach z głową zwróconą w kierunku mety.

DYSKWALIFIKACJE

- Falstart.
- Jeśli zawodnik po odbiciu się od ściany nawrotowej wynurzy się przed podjęciem manekina (pomiędzy 50m, a 67,5m dystansu).
- Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych. Używanie nieprawidłowej techniki holowania, jak to opisano w pkt. 20.
- Puszczanie manekina przed dotknięciem ściany mety.

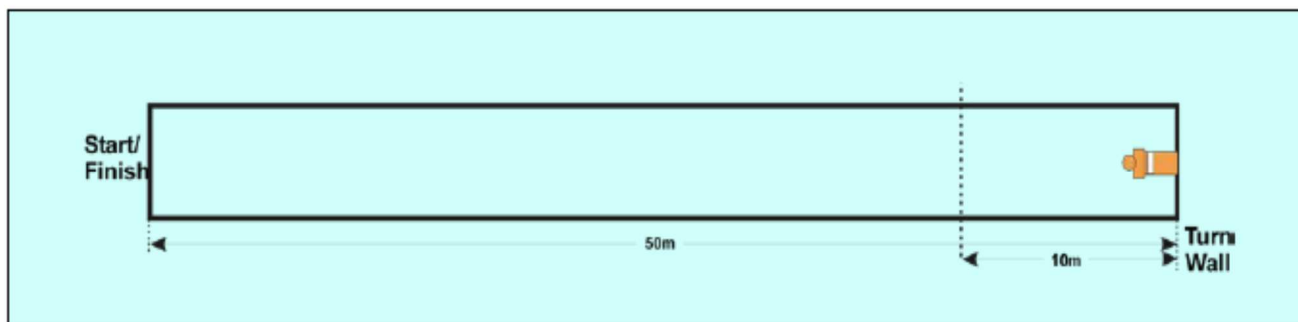
100M RATOWANIE MANEKINA W PŁETWACH

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i płynie stylem dowolnym w płetwach. Następnie zawodnik podejmuje manekina na 50m dystansu, wyciąga go na powierzchnię wody w odległości nie przekraczającej 10m 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 10m od ściany po jego wyciągnięciu.

SCHEMAT KONKURENCJI



SPRZĘT

Manekin - patrz punkt 8.3 zasad ogólnych regulaminu MP

Manekin musi być całkowicie wypełniony wodą i zakorkowany podczas konkurencji.

Ułożenie manekina:

- Głębokość: manekin musi zostać ułożony na głębokości od 1,30m do 3,00m.
- Jeżeli głębokość wody przekracza 3,00m, 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 punkt 9 zasad ogólnych regulaminu MP

DYSKWALIFIKACJE

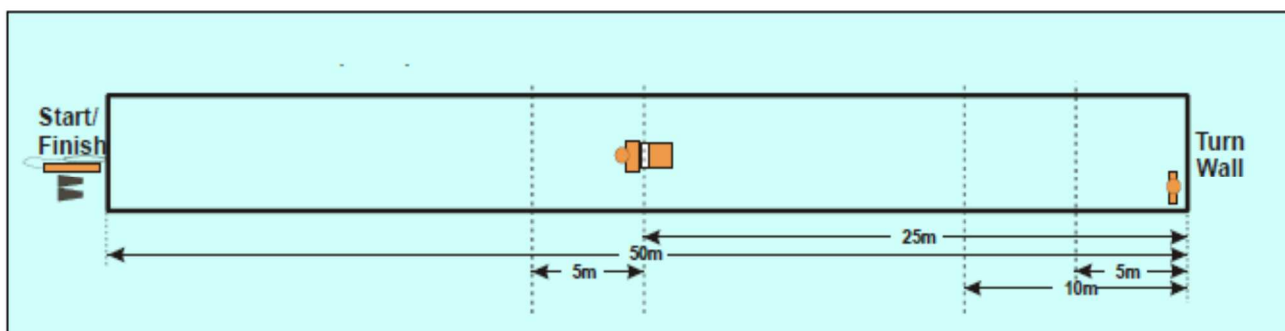
- Falstart.
- Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp. podczas wyciągania manekina.

- Pchanie manekina za linią 10m (liczone od czubka głowy).
- Używanie nieprawidłowej techniki holowania, jak to opisano w pkt. 20.
- Puszczanie manekina przed dotknięciem ściany mety.
- Inne.

200M SUPER RATOWNIK

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa 75m stylem dowolnym. Po przepłynięciu tego dystansu zawodnik nurkuje po manekina, który ułożony jest na 25m od ściany nawrotowej (75m dystansu), wyciąga go na powierzchnię wody w strefie 5m i holuje w kierunku mety. Po dotknięciu ściany na 100m dystansu zawodnik puszcza manekina, a następnie zakłada płetwy oraz pas ratowniczy i przepływa 50m stylem dowolnym. Po dotknięciu ściany nawrotowej na 150m dystansu, zawodnik zakłada pas ratowniczy wokół i pod ramionami manekina w strefie nie przekraczającej 5m (decyduje czubek głowy manekina), a następnie w strefie do 10m rozpoczyna holowanie manekina maksymalnie rozciągając linię pasa ratowniczego. 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.

SCHEMAT KONKURENCJI



SPRZĘT

Manekin - patrz punkt 8.3 zasad ogólnych regulaminu MP

Ułożenie manekina:

- Manekin znajdujący się na 75m ma być całkowicie wypełniony wodą i zakorkowany podczas konkurencji.
- Manekin znajdujący się na 150m 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, pionowo i zwrócony twarzą do ściany nawrotowej.

Płetwy - patrz punkt 9 zasad ogólnych regulaminu MP

Pas ratowniczy - patrz punkt 8.4 zasad ogólnych regulaminu MP

DYSKWALIFIKACJE

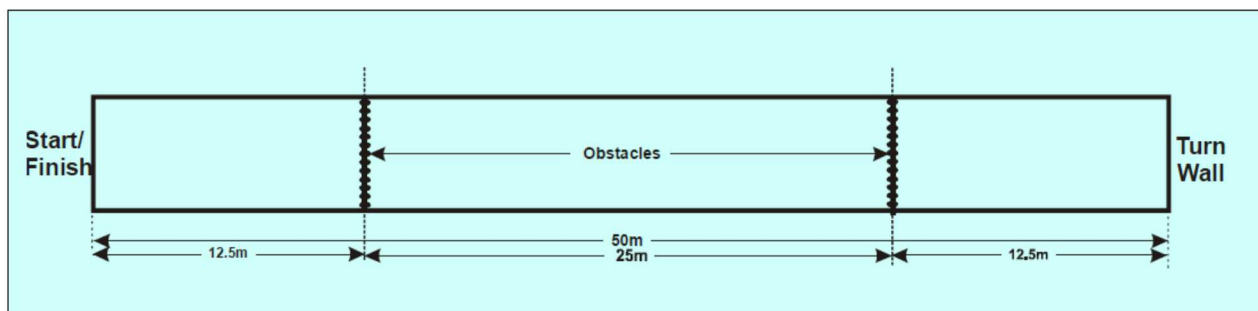
- Falstart.
- Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp.
- Nieprawidłowe umocowanie pasa ratowniczego wokół manekina
- Nie zabezpieczenie pasa ratowniczego wokół manekina przed linią 5m.
- Nie rozciągnięcie liny pasa ratowniczego przed linią 10m.
- Pchanie manekina zamiast holowania.
- Dotknięcie ściany mety bez pasa ratowniczego lub manekina ułożonych w prawidłowej pozycji.
- Puszczenie pasa ratowniczego i/lub manekina przed dotknięciem ściany mety.
- Nie holowanie manekina na linie pasa ratowniczego w całości rozciągniętej
- Nie puszczenie przez osobę trzymającą manekina natychmiast po dotknięciu przez zawodnika ściany nawrotowej.
- Jeżeli osoba trzymająca manekina popchnie go w kierunku zawodnika.
- Zgubienie manekina podczas holowania.
- Wyciągnięcie manekina na powierzchnię wody za linią 5m (liczone od czubka głowy).
- Używanie nieprawidłowej techniki holowania, jak to opisano w pkt. 20.
- Puszczenie manekina przed dotknięciem ściany nawrotowej.
- Nie utrzymywanie twarzy manekina w kierunku ku górze
- Inne

100M/200M PŁYWANIE Z PRZESZKODAMI

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa 200m (100m w kategoriach wiekowych MŁODZIK I JUNIOR MŁODSZY) sposobem dowolnym. Podczas tej konkurencji zawodnik musi osiem razy (cztery razy przy dystansie 100m) przepłynąć pod zanurzoną w wodzie przeszkodą. Zawodnik musi wypłynąć na powierzchnię po skoku oraz po pokonaniu każdej przeszkody. Zawodnik może się odbić od dna pływalni podczas wypływania z spod przeszkody.

Uwaga 1: Wypływanie na powierzchnię oznacza złamanie tafli wody.

SCHEMAT KONKURENCJI



SPRZĘT

Przeszkody - patrz punkt 8.8 zasad ogólnych regulaminu MP

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 od ścian obu stron pływalni.

DYSKWALIFIKACJE:

- Przedwczesny start.
- Jeśli zawodnik przepływnie nad przeszkodą i nie wróci natychmiast i nie przepływnie pod tą przeszkodą.
- Brak wypłynięcia na powierzchnię po skoku, przed pierwszą przeszkodą.
- Brak wypłynięcia na powierzchnię między przeszkodą, a ścianą pływalni.
- Brak dotknięcia ściany nawrotowej.
- Brak dotknięcia ściany mety.

4X25M SZTAFETA HOLOWANIE MANEKINA

Czterech zawodników na zmianę holuje manekina. Wszyscy zawodnicy podczas wyścigu znajdują się w wodzie. Na starcie konkurencji pierwszy zawodnik trzyma manekina przynajmniej jedną ręką, aby dowolna część manekina lub zawodnika łamała lustro wody, drugą ręką trzyma się ściany. Na sygnał dźwiękowy zawodnik zaczyna holować manekina przez co najmniej 23m i co najwyżej 27m, a następnie przekazuje go drugiemu zawodnikowi w strefie zmian. Wyznacza się 4 nieoceniane przez sędziów strefy:

- pomiędzy 0m a 5m (przy starcie)
- pomiędzy 23m, a 27m
- pomiędzy 50m, a 55m
- pomiędzy 73m, a 77m

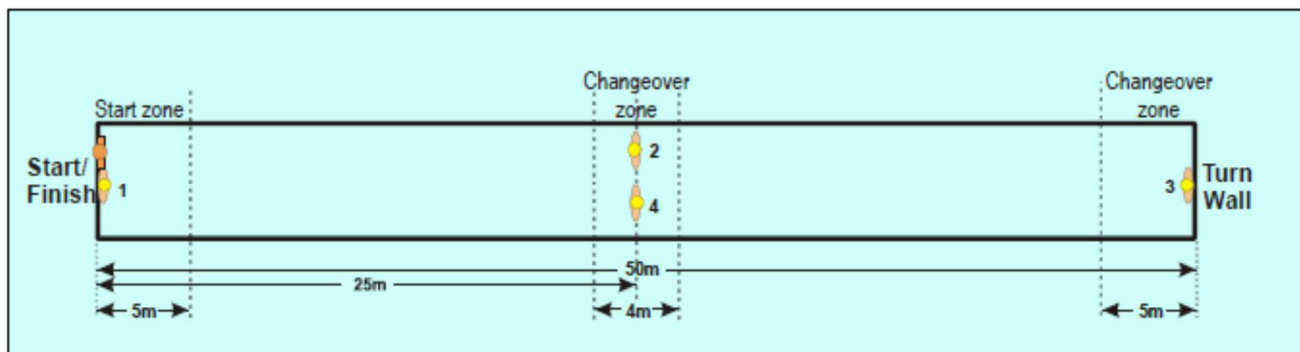
W strefie zmian pozycja holowania manekina nie jest oceniana. Drugi zawodnik dotyka ściany nawrotowej i wtedy dopiero przekazuje manekina trzeciemu zawodnikowi. Trzecia zmiana wygląda tak samo jak pierwsza zmiana. Ostatni zawodnik, kończy konkurencję przez doholowanie manekina do mety i dotknięcie ściany 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 przejęciem manekina od drugiego zawodnika. Zawodnik pierwszy może zatopić manekina przy starcie w strefie 5m od ściany startowej, jednak przed gwizdkiem startu dowolna część manekina lub zawodnika musi łamać lustro wody.

Uwaga 1: Zawodnicy pozostają w wodzie, aż do momentu zasygnalizowania przez sędziego zakończenia konkurencji długim gwizdkiem.

Uwaga 2: Zawodnik kończący swoją zmianę może pomóc zawodnikowi który przejął od niego manekina tylko w wyznaczonej strefie zmian

Uwaga 3: Zawodnicy mogą odbić się od dna pływalni w trakcie zmiany tylko w wyznaczonej strefie zmian

SCHEMAT KONKURENCJI



SPRZĘT

Manekin - patrz punkt 8.3 zasad ogólnych regulaminu MP

Manekin ma być całkowicie wypełniony wodą i zakorkowany podczas konkurencji.

DYSKWALIFIKACJE

- Falstart.
- Nieprawidłowa zmiana w sztafecie i/lub zbyt szybkie lub zbyt późne 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. 20.
- Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp. podczas przejmowania manekina.
- Puszczenie manekina przed dokonaniem zmiany.
- Puszczenie manekina przed dotknięciem ściany mety.
- Nieprawidłowe rozpoczęcie konkurencji.
- Inne.

4X50M SZTAFETA Z PASEM RATOWNICZYM

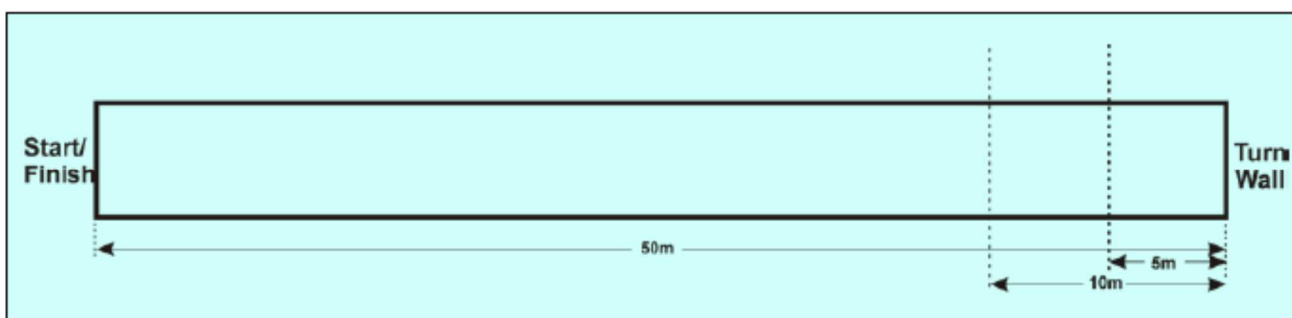
Na sygnał startera pierwszy zawodnik skacze do wody i przepływa 50m stylem dowolnym. Po dotknięciu ściany na 50m przez pierwszego zawodnika, drugi zawodnik skacze do wody i przepływa 50m stylem dowolnym w płetwach. Po dotknięciu ściany przez drugiego zawodnika, trzeci zawodnik przepływa 50m stylem dowolnym z założonym pasem ratowniczym (pkt.8.4 zasad ogólnych regulaminu MP). Po dotknięciu ściany nawrotowej trzeci zawodnik przekazuje szarfę pasa ratowniczego 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 szarfy 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 5m, podczas zmiany z czwartym zawodnikiem. Czwarty zawodnik płynie stylem dowolnym do ściany mety holując trzeciego zawodnika.

Uwaga 1: Jeżeli, po starcie, zawodnik zgubi jedną lub obie płetwy, może nadal kontynuować konkurencję.

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

Uwaga 3: Zawodnik trzeci przed startem do konkurencji może w dowolny sposób założyć szarfę pasa ratowniczego wokół własnych ramion.

SCHEMAT KONKURENCJI



DYSKWALIFIKACJE

- Falstart.
- Nieprawidłowa zmiana w sztafecie i/lub zbyt szybkie przejęcie lub przekazanie pasa ratowniczego (tj. chwycenie szarfę przez czwartego zawodnika przed dotknięciem ściany basenu przez trzeciego zawodnika).
- Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp.

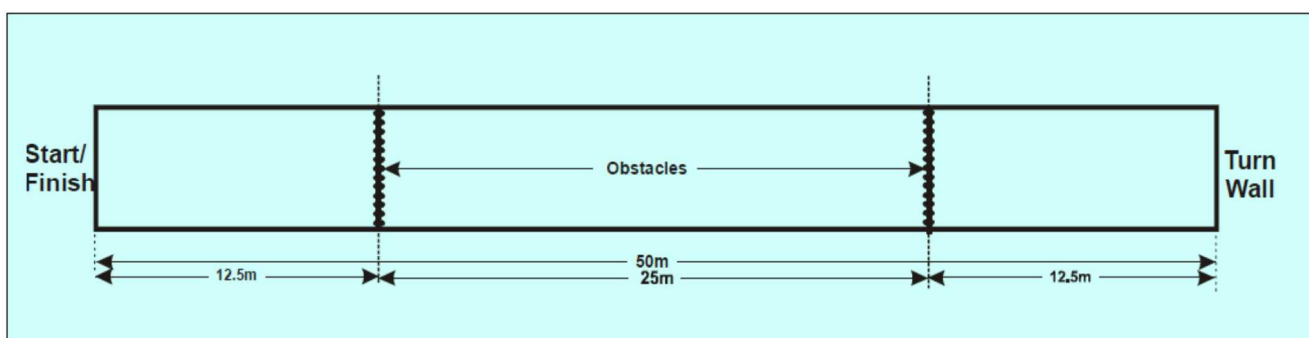
- Utrata kontaktu fizycznego przez trzeciego zawodnika z pływakiem pasa ratowniczego podczas gdy jest on holowany przez czwartego zawodnika.
- Pozorant trzyma pas ratowniczy za linkę lub klamrę.
- Pozorant podczas ostatniej zmiany pomaga ruchami rąk.
- Inne

4x50M PŁYWANIE Z PRZESZKODAMI

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

Uwaga 1: Wypływanie na powierzchnię oznacza złamanie tafli wody.

SCHEMAT KONKURENCJI



SPRZĘT

Przeszkody - patrz punkt 8.8 zasad ogólnych regulaminu MP. 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 od ścian obu stron pływalni.

DYSKWALIFIKACJE:

- Przedwczesny start.
- Jeśli zawodnik przepływie nad przeszkodą i nie wróci natychmiast i nie przepływie pod tą przeszkodą.
- Brak wypłynięcia na powierzchnię po skoku, przed pierwszą przeszkodą.
- Brak wypłynięcia na powierzchnię między przeszkodami

RZUT LINĄ

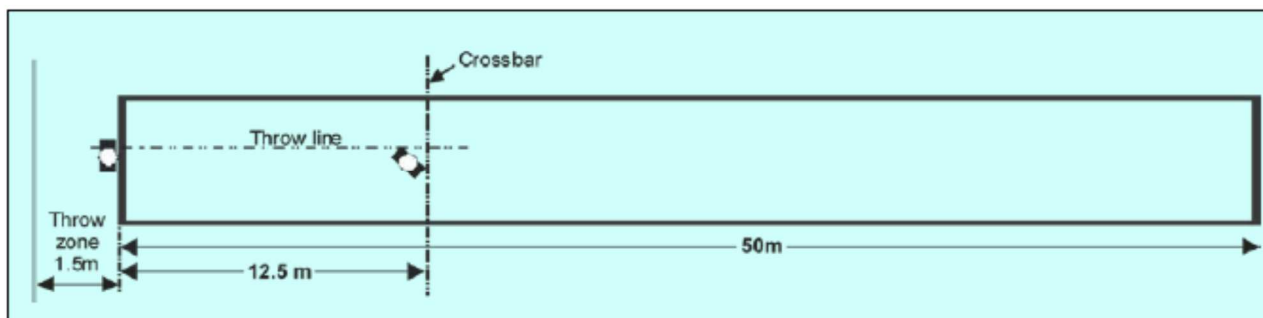
Zawodnicy ustawiają się na pozycjach wg schematu konkurencji. Pierwszy zawodnik (RATOWNIK) pozostaje na brzegu w strefie rzutu, drugi zawodnik (POZORANT) zajmuje pozycję w wodzie i trzyma jedną ręką poprzeczki w wyznaczonym miejscu. Na komendę startera "Na miejsca" RATOWNIK niezwłocznie przyjmuje pozycję startową. W momencie gdy zawodnicy znajdują się w bezruchu starter daje sygnał do rozpoczęcia konkurencji. Na sygnał startera RATOWNIK ściąga linę w takiej ilości, która umożliwi mu dorzucenie jej do POZORANTA, następnie rzuca ją w kierunku zawodnika znajdującego się w wodzie w taki sposób który umożliwi POZORANTOWI złapanie liny, po czym ściąga go na linię mety. Złapanie liny możliwe jest poprzez przyciągnięcie do dłoni dowolną częścią ciała liny znajdującej się w strefie rzutu. Czas zatrzymywany jest gdy POZORANT dotknie ściany mety (wyznaczonej przez ścianę basenu).

POZYCJA STARTOWA

Zawodnicy na brzegu (RATOWNICY) stoją w bezruchu zwróceniem twarzy do POZORANTÓW, piąty nóg mają złączone, a ręce wyprostowane w dół po obydwóch stronach ciała. Koniec liny trzymany jest w jednym ręku przy czym jej końcowa część musi znajdować się wewnątrz dłoni. Koniec liny nie może wystawać poza obręb dłoni. POZORANT znajduje się w wodzie w środkowej części swojego toru. Od momentu poprzedzającego start POZORANT trzyma jedną ręką przeszkodę w wyznaczonym miejscu, a drugą może podtrzymywać linę. Nadwyżka liny pozostaje w wodzie za poprzeczką.

Uwaga 1: RATOWNIK i POZORANT pozostają (odpowiednio) w strefie rzutu i w wodzie, aż do momentu zasygnalizowania przez sędziego zakończenia konkurencji (długi gwizdek). POZORANT może złapać linę tylko wtedy, gdy spadnie ona w obrębie toru oraz w zasięgu jego ciała bez puszczenia wyznaczonego obszaru na poprzeczce i bez przeciągania poprzeczki. Podczas ściągnięcia POZORANT musi być skierowany głową do przodu oraz leżeć na brzuchu. Musi trzymać on linę obiema rękami. Podczas ściągnięcia może pomagać kopiąc nogami – żadna inna pomoc nie jest dozwolona.

SCHEMAT KONKURENCJI



STREFA RZUTU

Zawodnicy muszą pozostawać w obszarze przydzielonym do ich torów. Obszar ten powinien być wyraźnie wyznaczony, w odległości 1,5m od brzegu pływalni. RATOWNIK podczas konkurencji musi przynajmniej jedną stopą przebywać w strefie rzutu.

LIMIT CZASOWY

RATOWNICY muszą wykonać poprawny rzut oraz ściągnąć POZORANTÓW w czasie nie przekraczającym 45 sekund. W przypadku nieudanego rzutu (np. zbyt krótki rzut, splątanie liny) RATOWNICY mogą ściągać oraz rzucać linę do skutku (z uwzględnieniem 45-sekundowego limitu czasowego). Zespoły które nie zdążą ukończyć konkurencji w limicie czasowym zostaną zanotowane jako "Nie ukończyły konkurencji" (DNF).

SPRZĘT

Lina pleciona prężna, nie tonąca o średnicy 8mm (z granicą tolerancji 1mm), oraz długości z przedziału 16,5m - 17,5m, (patrz pkt. 8.5 zasad ogólnych regulaminu MP).

Poprzeczka sztywna, szerokości toru, umieszczona na powierzchni wody w odległości 12,5m od linii mety. Po środku musi być wyraźnie zaznaczone miejsce, w którym POZORANT trzyma poprzeczkę.

Uwaga 2: Zawodnicy z jednego zespołu powinni posiadać jednakowe kolory czepków. Podczas trwania konkurencji POZORANT powinien posiadać strój zgodny z pkt. 4, natomiast ubiór RATOWNIKA może być uzależniony od warunków technicznych strefy rzutu, zapewniając bezpieczne przeprowadzenie konkurencji. Sędzia Główny jeżeli uzna to za konieczne, może zezwolić na użycie przez RATOWNIKÓW obuwia sportowego i dodatkowego okrycia ciała.

DYSKWALIFIKACJE

- Falstart lub nieprawidłowa pozycja startowa.
- Nietrzymanie przez RATOWNIKA końcówki liny wewnątrz dłoni.
- Puszczanie przez POZORANTA poprzeczki bądź przemieszczenie dłoni poza wyznaczony obszar na poprzeczce (przed złapaniem liny).
- Opuszczenie strefy rzutu w momencie pomiędzy startem, a sygnałem oznajmiającym koniec konkurencji.
- Złapanie liny przez POZORANTA, której koniec nie znajduje się w torze.
- Nie posiadanie przez zawodników jednakowych kolorów czepków
- Przekroczenie limitu czasu przeznaczanego na konkurencję
- Inne

SYMULOWANA AKCJA RATOWNICZA (S.E.R.C.)

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 osób przebywających nad wodą.

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 i kategorie wiekowe. Drużyny mogą składać się z dowolnej kombinacji mężczyzn i kobiet.

ZASADY OGÓLNE

- Kapitan drużyny oraz pozostali zawodnicy są zobowiązani do zapoznania się z regulaminem oraz harmonogramem konkurencji.
- Drużyna może nie zostać dopuszczona do startu w konkurencji w przypadku spóźnienia się na miejsce odprawy.
- Sędzia Główny podejmuje decyzję czy konkurencja będzie odbywać się w seriach, półfinałach czy w finałach.
- Kolejność startu drużyn zostanie rozlosowana w dniu startu i podana do ogólnej wiadomości przed rozpoczęciem konkurencji.
- 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 nie będzie dopuszczony do konkurencji.
- 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.
- Zawodnicy powinni traktować ofiary ostrożnie, psychiczne i fizyczne znęcanie się, jest niepotrzebne, niewłaściwe i będzie wpływało na obniżenie oceny bądź prowadzić może do dyskwalifikacji drużyny.
- Zawodnicy mogą używać okularów korygujących. Utrata takich okularów nie może być podstawą do protestu lub odwołania. Okulary pływackie oraz maski są zabronione.
- Wszyscy zawodnicy danej drużyny zobowiązani są do nałożenia jednakowych czepków. Kapitan drużyny powinien mieć wyraźnie wyróżniający się czepek.
- Zawodnik nie zostanie zdyskwalifikowany jeśli zgubi czepek po rozpoczęciu konkurencji.
- Punkty przyznane za wykonanie konkurencji nie podlegają protestom lub odwołaniom
- Po wykonaniu konkurencji zawodnicy mogą obserwować rywalizację kolejnych zespołów.

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.

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.

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).

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 jak i nietrzeźwe itd. 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).

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.

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.

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 itd.)
- 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 z przytomną ofiarą

Jeśli wejście do wody jest nieuniknione zawodnicy wybierają najbardziej skuteczne techniki dla danej sytuacji nie narażając przy tym własnego życia bądź zdrowia w jakikolwiek sposób. Ważne jest aby zawodnicy wyraźnie pokazali swoje intencje i sposób działania sędziom.

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.

Uwaga 1: Punktacja powinna nagradzać zawodników, którzy odpowiednio wybrali ofiary 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.

DYSKWALIFIKACJE

- Falstart.
- Nieposiadanie przez zawodników właściwych czepków.
- Otrzymywanie pomocy, porad z zewnątrz.
- Używanie jakichkolwiek telekomunikatorów w strefie konkurencji.
- Używanie sprzętu niezapewnionego do konkurencji.
- Fizyczne lub psychiczne znęcanie się nad aktorami.
- Inne.