

## Контрольная тренировка МАУДО «ЦДЮТур «Космос» по спортивному туризму на пешеходных дистанциях

23 апреля 2022 года

г. Челябинск, ул. Кулибина, 54  
МАУДО «ЦДЮТур «Космос»

### УСЛОВИЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ДИСТАНЦИИ – ПЕШЕХОДНАЯ

**Класс дистанции: 1**

**Длина дистанции: 300 м**

**Количество этапов: 6**

**Характер маркировки –** красно-белая лента, красные виборды

**Система оценки нарушений –** бесштрафовая (по п. 6.2)

#### СТАРТ

##### Этап 1. Переправа по бревну.

Параметры этапа	Длина этапа – 8 м., длина бревна – 6 м.
Оборудование этапа	ИС – БЗ, ЦС – БЗ, перила.
Действие участника	Движение участника осуществляется по бревну. Ус самостраховки подключается к перилам.

##### Этап 2. Переправа по параллельным перилам.

Параметры этапа	Длина этапа – 15 м.
Оборудование этапа	ИС – БЗ, ЦС – БЗ, перила.
Действие участника	Движение участника осуществляется стоя ногами на нижних перилах. Ус самостраховки подключается к верхним перилам.

##### Этап 3. Переправа методом «вертикальный маятник».

Параметры этапа	Длина этапа – 4 м. Высота – 6 м.
Оборудование этапа	ИС – БЗ, ЦС – БЗ, перила.
Действие участника	Участник должен преодолеть опасную зону прыжком без касания рельефа. Участник движется с самостраховкой жумаром. При касании опасной зоны участник возвращается на ИС и повторяет прием заново (дается 3 попытки).

##### Этап 4. Переправа по бревну методом «горизонтальный маятник».

Параметры этапа	Длина этапа – 8 м., длина бревна – 6 м.
Оборудование этапа	ИС – БЗ, ЦС – БЗ, перила (закреплены на ИС).
Действие участника	Участник выполняет технический прием с опорой на перила, удерживая перила не менее чем одной рукой на протяжении всей ОЗ. Участник переправляется по бревну, постепенно выдавая (или выбирая) верёвку и контролируя её натяжение. Провис участка перил между ТО и удерживающей рукой не должен быть ниже ступней участника или бревна.

#### Блок этапов 5-6. Подъем по склону – Спуск по склону.

##### Этап 5. Подъем по склону

Параметры этапа	Длина этапа – 6 м., угол склона (наклона пандуса) – 30°.
Оборудование этапа	ИС – БЗ, ЦС – ОЗ, перила, ТО - карабин.
Действие участника	Движение участника осуществляется с опорой на перила. Участник движется вверх по склону, поочередно захватывая верёвку правой и левой рукой.

##### Этап 6. Спуск по склону

Параметры этапа	Длина этапа – 6 м., угол склона (наклона пандуса) – 30°.
Оборудование этапа	ИС – ОЗ, ЦС – БЗ, перила, ТО - карабин.
Действие участника	Спуск участника происходит по перилам. Участник движется вполборота таким образом, чтобы плечи были параллельны верёвке. Перильная верёвка должна проходить за спиной. Рукой, находящейся ниже по склону, участник расправляет верёвку перед собой. Прием выполняется в перчатках/рукавицах и в плотной одежде.

##### Этап 7. Переправа методом «вертикальный маятник».

Параметры этапа	Длина этапа – 4 м. Высота – 4,5 м.
Оборудование этапа	ИС – БЗ, ЦС – БЗ, перила.
Действие участника	Участник должен преодолеть опасную зону прыжком без касания рельефа. Участник движется с самостраховкой жумаром. При касании опасной зоны участник возвращается на ИС и повторяет прием заново (дается 3 попытки).

#### ФИНИШ