

Штрафы.

Виды штрафов: приседания / перенос тяжести / выпады. Основная единица штрафа - приседания.

Вид штрафа на каждом отдельном препятствии доводится до сведения Участника непосредственно перед прохождением данного препятствия.

Индивидуальный забег категории Sport kids:

12 – 14 – 15 приседаний + 2 минуты штрафного времени. На рукоходе «Комбо» штраф 30 приседаний + 4 минуты штрафного времени.

9 – 11 лет – 15 приседаний + 2 минуты штрафного времени. На рукоходе «Комбо» штраф 30 приседаний + 4 минуты штрафного времени.

6-8 лет – 15 приседаний + 2 минуты штрафного времени. На рукоходе «Комбо» штраф 30 приседаний + 4 минуты штрафного времени.

Fun kids –по желанию участника.

ВНИМАНИЕ! Все штрафы выполняются в специальной зоне и фиксируются на видео, перед исполнением штрафа, Участник громко и четко называет свое имя, фамилию и номер.

Правила.

Стартовая платформа препятствия - место, с которого Участник начинает прохождение препятствия.

Финишная платформа препятствия - место, на котором Участник заканчивает прохождение препятствия.

Основные правила:

- рукоходы, переправы, препятствия на баланс, проходятся без касания земли. В случае касания земли, Участник проходит препятствие заново;
- все рукоходы проходятся самостоятельно, исключение составляет формат **FUN kids**;
- запрещается умышленное и неумышленное касание (умышленно и неумышленно нагружать) любой частью тела тросов и веревок, предназначенных для крепления подвесных элементов, а также опорных конструкций на тех препятствиях, где это запрещено (см. таблицу).

В случае подобного касания Участник проходит препятствие заново. Исключением является нижняя и средняя горизонтальная балки — это старт и финиш препятствия;

- все стенки проходятся без использования опорных конструкций;

- на препятствии вертикальный канат 6м, после удара в колокольчик, сначала необходимо спуститься с помощью рук и ног, как минимум до середины каната;

- при переносе тяжести, Участнику необходимо самостоятельно осмотреть инвентарь до начала прохождения препятствия на предмет наличия неисправности/дефекта, при обнаружении таковых, сообщить судье.

В случае отсутствия замечаний перед прохождением препятствия, претензии, по качеству переносного инвентаря, по окончании прохождения приниматься не будут.

ВНИМАНИЕ! Запрещается кидать инвентарь на землю, после прохождения препятствия, для исключения вероятности поломки инвентаря. На усмотрение судьи может быть применён штраф в виде 10 приседаний. За неподчинение судье, Участник подлежит дисквалификации.

	Название	Описание	Правила преодоления
1	Баланс	Доска длиной около 6м, установленная на ребро, с дополнительной ступенью из бруска. Доска установлена по опорам из деревянных брусьев	Участник забега проходит ногами по доске («балансу») без касания доски руками, сохраняя баланс и не слезая с конструкции, от отметки начала до отметки конца препятствия.
2	Переносы детские самые малые	Утяжелители 3х видов, в зависимости от веса для разных возрастов и пола участника: 3 кг, 1кг, с которыми участник проходит или пробегает определенный участок трассы.	Участник в стартовой точке препятствия получает 1 утяжелитель и двигается с ним вдоль разметки по кругу, возвращая утяжелитель на первоначальное место. Мальчики и девочки 6-8 и 9-11 весом около 3 кг. Все дети 3-5 лет (забег №2) – утяжелитель весом до 1 кг, но при желании участники забега 3-5 лет могут проходить данный отрезок без утяжелителя.
3	Малая горка	Необходимо перебраться через горку сверху. Запрещается спрыгивать сверху горки. Запрещается использовать опорные конструкции.	Самостоятельно.

4	Рукоход «Фредди»	Необходимо только с помощью крюков по подвесным кольцам перебраться со стартовой платформы препятствия до финишной. Если Участник срывается с финишной платформы назад или касается любым способом земли, то обязательно прохождение препятствия сначала. Обязательно использовать первый и последний элемент препятствия. Крюки берутся Участником из ведра перед прохождением препятствия. Горизонтальные крюки – дети 9-11 Участники 6-8 лет проходят, как рукоход - кольца. После прохождения Участник должен вернуть крюки в ведро. Если крюки не возвращаются на место, препятствие считается не пройденным.	Самостоятельно. При невозможности пройти – штраф.
5	Рукоход «Рельсы»	Перебраться по навесному оборудованию (рельсы деревянные) со стартовой платформы до финишной на руках, не касаясь земли. Если Участник срывается с финишной платформы назад или касается любым способом земли, то обязательно прохождение препятствия сначала. Обязательно использовать первый и последний элемент препятствия.	Самостоятельно. При невозможности пройти – штраф.
6	Забор низкие	Необходимо сверху преодолеть забор.	Самостоятельно.
7	Синяя горка	Необходимо перебраться через горку сверху. Запрещается спрыгивать сверху горки и использовать опорные конструкции.	Самостоятельно.
8	Рукоход «Комбо»	Перебраться по невысокой (1,8 м) конструкции от стартовой платформы до финишной, не касаясь земли и не вставая на промежуточную платформу. Далее перебраться по канату с низкой конструкции на высокую. Вставать на стартовую платформу высокой конструкции запрещено. С помощью рук и ног по навесным предметам преодолеть препятствие и зафиксироваться на финишной платформе высокой конструкции. Если Участник срывается с финишной платформы назад или касается любым способом земли, то обязательно прохождение препятствия сначала. Обязательно использовать первый и последний элемент препятствия. Запрещается умышленное использование опорных конструкций. Разрешается касаться тросов и веревок, предназначенных для крепления подвесных элементов низкой конструкции.	Самостоятельно. При невозможности пройти — штраф. Штраф 30 приседаний + 4 минуты штрафного времени.

9	Канаты - колокольчики	Необходимо подняться по канату на верх и ударить в колокольчик. После удара в колокольчик, сначала необходимо спуститься с помощью рук и ног, как минимум до середины каната. Спрыгивать запрещено.	Самостоятельно. При невозможности пройти – штраф.
10	Перенос тяжестей	Необходимо перенести груз от точки А до точки Б. Запрещается кидать оборудование на землю.	Самостоятельно. Категория FUN kids могут помогать сопровождающие.
11	Рукоход «Двери»	Перебраться по навесному оборудованию (деревянные стены с отверстиями) со стартовой платформы до финишной, используя руки и ноги, не касаясь земли. Если Участник срывается с финишной платформы назад или касается любым способом земли, то обязательно прохождение препятствия сначала. Обязательно использовать первый и последний элемент препятствия.	Самостоятельно. При невозможности пройти – штраф.
12	Сетка ежи	Необходимо проползти под сеткой.	Самостоятельно.