

20. ročník Mistrovství ČR mládeže v záchrannářském sportu 2019

Pořadatel: Vodní záchranná služba ČČK Sokolov, pobočný spolek
Datum: sobota 11. května 2019
Místo konání: Městský bazén Sokolov, Husovy sady

Časový rozpis:

Prezentace: Pá - 10.5. od 18h do 21h, So 11.5. od 7:30 do 8:15
Rozplavání: 8:15 - 8:50
Závody: 9:00 - 17:00

Rozpis závodů:

Pořadí disciplín:

	Disciplína	Kategorie
1	25m ploty	Žáci a žačky 2009 a mladší
2	100m ploty	Muži a ženy 2008 a starší
3	Štafeta 4 x 50m ploty	
4	25m tažení prázdného modelu	Žáci a žačky 2009 a mladší
5	100m tažení modelu s pásem a ploutvemi	Muži a ženy 2008 a starší
6	50m kombinovaně – 25 m Kraul + 25 m Z nohy	Žáci a žačky 2009 a mladší
	PŘESTÁVKA - OBĚD	
7	50m volný způsob s pásem a ploutvemi	Žáci a žačky 2009 a mladší
8	100m záchranný polohový závod	Muži a ženy 2008 a starší
9	50m záchrana modelu	Muži a ženy 2008 a starší
10	ŠTAFETA 4 x 50 m se záchranným pásem	pouze v případě časové rezervy

Na závodech platí pravidlo 1. startu

Popis disciplín:

1) 25m volný způsob s podplaváním překážky (ploty)

Disciplína je určena pro kategorii 10 let a mladší, provedení je stejné jako v disciplíně č. 2, ale plave se 25 m a startuje z mělčiny. **Skok do hloubky 90 cm.**

2) 100m volný způsob s podplaváním překážky (ploty)

Soutěžící je připraven na startovním bloku, na startovní signál skáče do vody a plave volným způsobem k překážce, kterou musí podplavat. Před prvním podplaváním překážky se musí závodník vynořit a uplavat volným stylem alespoň dvě plavecká tempa. Překážka musí být podplavána nikoliv přeplavána. Soutěžící se může opravit v případě přeplavání. Opravu provede tím, že se vrátí na začátek překážky a opakuje podplavání. Po úspěšném překonání překážky pokračuje dále v disciplíně. Disciplína končí po dohmatu rukou na cílovou stěnu bazénu.

Obrátka: soutěžící se musí na obrátce dotknout jakoukoliv částí těla obrátkové stěny bazénu. Po dotyku obrátkové stěny může pokračovat dále v soutěži.

Překážka: Překážka se skládá z plotu, umístěného ve vzdálenosti cca 12,5m od startu. Překážka je pro všechny soutěžící stejná. Správnost provedení kontrolují překážkoví rozhodčí. Plot: síť s oky cca 5x5cm vysoká min. 40 cm vyztužená PVC trubkami

3) Štafeta 4 x 50m ploty

První člen štafety je připraven na startovním bloku, na startovní signál skáče do vody a plave volným způsobem k překážce, kterou musí podplavat. Překážka musí být podplavána nikoliv přeplavána. Soutěžící se může opravit v případě přeplavání. Opravu provede tím, že se vrátí na začátek překážky a opakuje podplavání. Po úspěšném překonání překážky pokračuje dále v disciplíně. Po dohmatu rukou na cílovou stěnu bazénu předává dalšímu členovi štafetu. Opustit dráhu je možné až na pokyn rozhodčího. Za předčasné opuštění dráhy následuje diskvalifikace.

Obrátka: viz disciplína č. 2

Překážka: viz disciplína č. 2

Plot: síť s oky cca 5x5cm vysoká min. 40 cm vyztužená PVC trubkami

4) 25m tažení prázdného modelu

Závodník startuje z vody a v jedné ruce drží prázdný model. Druhou rukou se musí držet startovní stěny bazénu. Na startovní pokyn se odráží a správnou technikou tažení modelu (viz správná technika tažení modelu) plave k cílové stěně bazénu.

Posuzování

- topení a správná technika tažení modelu (viz správná technika tažení modelu)
- ztráta kontaktu s modelem před dotknutím cílové stěny – diskvalifikace !!!

5) 100m tažení modelu s pásem a ploutvemi

Start z bloku (s ploutvemi a záchranným pásem)

Závodník plave 50 m volným způsobem s ploutvemi a pásem. Po dotyku obrátkové stěny musí závodník správně upevnit figurínu do pásu v pásmu 5 m. Poté táhne figurínu 50 m do cíle, závod končí dotykem závodníka na cílovou stěnu. Závodník musí závod dokončit minimálně s jednou nazutou ploutví.

Figurínu drží pomocník (člen oddílu závodníka). Před startem pomocník drží figurínu čelem ke stěně. Jakmile se závodník dotkne stěny bazénu, **okamžitě** pomocník pouští figurínu.

Technika tažení se záchranným pásem

- při tažení musí být lano napnuté
- při tažení musí mít figurína obličej nahoru a být tažena hlavou dopředu
- při obrátce se může model potopit, ale jen v 5m pásmu od obrátky. Po protnutí 5 m pásma musí být figurína tažena správnou technikou.

Posuzování

5 sekund penalizace

- nedotknutí obrátkové stěny před převzetím figuríny
- nepuštění modelu pomocníkem okamžitě po dotyku závodníka obrátkové stěny
- tažení s nenataženým lanem
- nezapnutí do 5 m pásma

Diskvalifikace

- ztráta kontaktu s modelem před dotykem cílové stěny
- nedotknutí se obrátkové stěny jakoukoliv částí těla
- ztráta obou ploutví

Na obrátce při 75 m se nepovažuje za diskvalifikaci potopení modelu obličejem dolů, vypadnutí modelu ze zapnutého pásu – model musí být do pásu znovu nasazen nebo nasunut i bez odepnutí. Po 5 m od obrátkové stěny jsou již tyto chyby posuzovány.

6) 50m kombinově – 25 m Kraul celý + 25 m Z nohy

Start z bloku

Závodník plave 25 m volným způsobem, po dotyku obrátkové stěny si vezme destičku (destička je připravena obrátkové stěně) a plave 25 m znakové nohy, přičemž drží destičku oběma rukama na břiše. Destičku lze pustit jednou rukou max. 5m před cílem. Cílový dotyk může být jakoukoli částí těla.

7) 50m volný způsob s pásem a ploutvemi

Start z bloku (s ploutvemi a záchranným pásem)

Závodník plave 50 m volným způsobem s ploutvemi a pásem. Závod končí dotykem závodníka na cílovou stěnu. Závodník musí závod dokončit minimálně s jednou nazutou ploutví.

Technika tažení se záchranným pásem

- lano musí být napnuté

Posuzování

5 sekund penalizace

- tažení s nenataženým lanem

Diskvalifikace

- nedotknutí se obrátkové stěny jakoukoliv částí těla
- ztráta obou ploutví

8) 100m záchranný polohový závod

Start z bloku

Po startu plave závodník 50 m volný způsob. Po 50 m se na obrátce potopí a plave pod vodou k ponořenému modelu (12,5 – 15 m). Nádech musí být proveden čelem k obrátkové stěně. Model vytáhne v 5 metrovém pásmu a plave zbývající úsek s modelem. Na obrátkové stěně se musí závodník dotknout stěny. Po obrátce se může model v 5-ti metrovém pásmu ponořit, závodník s ním však nesmí ztratit kontakt. Závodník se v tomto pásmu smí postavit na dno bazénu. V době tažení modelu musí být dodržena správná technika tažení modelu.

Kategorie **2007-2008** plave s ploutvemi

Posuzování

Topení modelu (viz správná technika tažení modelu)

Kategorie 2007 – 2008

- 1x nádech v úseku pod vodou – penalizace 5 sekund
- 2x nádech v úseku pod vodou – diskvalifikace
- ztráta kontaktu s modelem před dotknutím cílové stěny – diskvalifikace
- nádech před úsekem pod vodou čelem k bazénu – penalizace 5 sekund

Kategorie 2006 a starší

- nádech v úseku pod vodou – diskvalifikace
- ztráta kontaktu s modelem před dotknutím cílové stěny – diskvalifikace
- nádech před úsekem pod vodou čelem k bazénu – penalizace 5 sekund

9) 50m záchrana modelu

Start z bloku

Závodník plave 25 m volným způsobem. Před obrátkou se zanoří pro ponořený model, který leží na zádech na dně a jeho nohy se dotýkají obrátkové stěny. Závodník se nemusí dotknout obrátkové stěny a s modelem se musí vynořit do vzdálenosti 5 m od obrátkové stěny. Model táhne k cílové stěně a během tažení musí být použita správná technika tažení (viz správná technika tažení). Závod je ukončen dotykem cílové stěny.

Kategorie „2007-2008“ plave s ploutvemi.

10) ŠTAFETA 4 x 50m se záchranným pásem

Start z bloku

První závodník startuje z bloku a plave 50 m volným způsobem. Po dotyku stěny, startuje druhý závodník skokem z bloku a s ploutvemi plave 50 m. Po dotyku stěny druhého závodníka, startuje třetí člen štafety skokem z bloku, který plave 50-ti metrový úsek se záchranným pásem. Po startu třetího závodníka smí vlézt do vody čtvrtý závodník (členové štafety zůstávají po odplavání svého úseku ve vodě, nedotýkají se časomíry). Po dotyku stěny předává třetí člen pás čtvrtému členovi. Čtvrtý člen může pustit startovní blok až poté, co se třetí závodník dotkne obrátkové stěny. Třetí člen družstva se musí v 5-ti metrovém pásmu chytit oběma rukama záchranného pásu (ne lana nebo klipsu). Čtvrtý člen štafety plave s ploutvemi a táhne třetího závodníka do cíle závodu. Tažený člen může pomoci kopáním. Lano musí být při tažení nataženo.

Účastníci štafety plavající s ploutvemi musí dokončit svůj úsek minimálně s jednou nazutou ploutví.

Závod končí dotykem posledního člena (4 člena) družstva cílové stěny.

Posuzování:

- Předčasné odstartování závodníka před dohmatem předchozího člena štafety – diskvalifikace
- Chycení nebo ztráta záchranného pásu 3. členem za 5 metrovou hranicí – diskvalifikace
- Jiná pomoc 3. člena štafety než kopáním – diskvalifikace
- Ztráta obou ploutví - diskvalifikace

Správná technika tažení modelu

Model je tažen hlavou dopředu, přičemž obličej směřuje směrem vzhůru nebo otočen nejvíce o 90° od této polohy vzhůru.

penalizace při topení modelu:

- Hlava modelu nesmí být před hlavou závodníka – **penalizace 5 sekund**
- Ztráta kontaktu s modelem před dokončením disciplíny – **diskvalifikace**

Bodování

Body jsou dle umístění v každé disciplíně rozděleny dle tabulky níže.

Vyhrává závodník součtem za všech čtyř disciplín s nejvyšším počtem bodů. Při rovnosti bodů v kategorii muži nebo ženy rozhoduje umístění v závodě **100 m volný způsob s podplaváním překážky (ploty)**.

Při rovnosti bodů v kategorii žáků a žaček 10 let a mladších rozhoduje při rovnosti bodů závod **25 m volný způsob s podplaváním překážky (ploty)**.

Bodování v individuálních disciplínách

Dosažené pořadí v disciplíně	Počet bodů
1	15
2	13
3	11
4	9
5	8
6	7
7	6
8	5
9	4
10	3
11	2
12	1

Ceny

Nejlepší tři závodníci v kategorii a součtu disciplín obdrží medaili a pohár.

Ocenění budou i závodníci, kteří se umístí na 4. až 6. místě.

U štafet budou v každé kategorii muži 2005 a ml., muži 2004 a st., ženy 2005 a ml., ženy 2004 a st. oceněny nejlepší tři štafety (medaile).

Kategorie

muži	ženy
2009 a mladší	2009 a mladší
2007-2008	2007-2008
2005-2006	2005-2006
2001-2004	2001-2004
2000 a starší	2000 a starší

Štafety jsou čtyřčlenné (zvlášť muži a zvlášť ženy). Pokud je štafeta smíšená, bude hodnocena mezi muži. Kategorie ve štafetách se posuzuje dle nejstaršího člena štafety.

Startovné:

Za každého jednotlivce je výše startovného 250,-Kč.

Přihlášky: zašlete dle přiloženého souboru „Přihláška“ na adresu:

Email: vzs.sokolov@volny.cz do 3. 5. 2019

p. Pavel Walta tel. 606 662 479

U každého závodníka uveďte čas na 100 m volný způsob.

O přijetí budete informováni do 3. 5. 2019.

Prosba: Vzhledem k technickému zajištění závodů bychom vás chtěli požádat o dovezení záchranného pásu.

předem děkujeme

Stravování:

V průběhu závodů pořadatel zajišťuje oběd formou bagety (v ceně startovného), včetně pitného režimu.

Pořadatel dále zajišťuje snídani 11. 5. v bufetu na bazéně od 7.15h - viz příloha „Přihláška“.

Cena:

- snídaně 50,- Kč – poplatek za snídani uhradíte v bufetu u p. provozní

Ubytování:

Pořadatel zajišťuje ubytování pouze na základě písemné objednávky, dle přiloženého souboru „Přihláška“: cca 300,- Kč - osoba / noc. Poplatek za ubytování uhradíte u p. správcové tel. 777 925 812 – poplatek bude vybrán ráno v sobotu kolem 6h ráno.

Klíče od pokojů budou k dispozici na tel. 606 662 479 – Pavel Walta (v Pá 10. 5. budu min. do 21.30h na bazéně i s klíči)

Uhrazení startovného možné zaplatit:

- převodem na účet VZS ČČK Sokolov: 783 934 990 267 / 0100
- v pátek 10. 5. od 18h do 21h na bazéně v Sokolově, nebo v sobotu 11. 5. 2019

GENERÁLNÍ PARTNEŘI



Energie pro Vás

**SOKOLOVSKÁ UHELNÁ
PRÁVNÍ NÁSTUPCE a.s.**



MĚSTO SOKOLOV
Akce je realizována za finanční
podpory města Sokolova.

SPONZOŘI



Sokolovská bytová s.r.o.

KORUNNÍ