



PUCHAR POLSKI W RATOWNICTWIE

REGULAMIN

ROK 2010



I. PRZEPISY OGÓLNE

1. DRUŻYNY I ZAWODNICY

1. Uprawnionymi do wzięcia udziału w Pucharze Polski w Ratownictwie Wodnym są drużyny składające się z maksymalnie pięciu kobiet i maksymalnie pięciu mężczyzn.
2. Nazwa drużyny może zawierać nazwę sponsora drużyny oraz inne słowa z tym, że sponsorem nie może być producent napojów alkoholowych, piwa, produktów tytoniowych. Nazwy drużyn nie mogą naruszać dobrych obyczajów.
3. Każdy zawodnik musi złożyć oświadczyć, że bierze udział w Zawodach na własne ryzyko.
4. Każdy zawodnik musi mieć skończone 16 lat w dniu rozpoczęcia Zawodów. W przypadku zawodników, którzy nie ukończyli 18 lat w dniu rozpoczęcia Zawodów wymagana jest pisemna zgoda opiekuna ustawowego na udział w Zawodach oraz oświadczenie jak w punkcie 3.
5. Zawodnicy rozgrywają konkurencje na sprzęcie dostarczonym przez Organizatora lub własnym pod warunkiem, że oraz zostanie zaakceptowany przez Komisję Sędziowską.
6. Każdy z zawodników musi mieć założony czepki przed startem w każdej konkurencji. Zagubienie czepki po starcie podczas trwania konkurencji nie może być podstawą do dyskwalifikacji zawodnika.
7. Każdy z zawodników ma prawo do umieszczenia własnego Sponsora w formie tatuażu na ciele (dopuszcza się jeden tatuaż na ciele jednego zawodnika), z tym, że wielkość logo sponsora nie może być 80 cm².

2. ZASADY ROZGRYWANIA KONKURENCJI

1. Konkurencje rozgrywane są seriami i decyduje kolejność zajętych miejsc. W przypadku braku możliwości rozegrania konkurencji w jednej serii będzie ona rozegrana systemem eliminacji i finałów. Żadna z konkurencji nie może odbywać się seriami na czas.
2. W Zawodach prowadzona będzie klasyfikacja drużynowa oraz dodatkowo oddzielnie klasyfikacja drużyn żeńskich i drużyn męskich oraz klasyfikacja indywidualna dla poszczególnych konkurencji.
3. W klasyfikacji drużynowej przy równej ilości punktów zdobytych przez dwie lub więcej drużyn, o kolejności zdobytych miejsc decyduje większa ilość miejsc pierwszych, drugich itd.
4. Zawodnicy mogą być niedopuszczeni do startu w danej konkurencji jeśli nie stawiają się w miejscu jej rozgrywania w wyznaczonym czasie.
5. O wszelkich nieprawidłowościach w czasie startu decydują sędziowie. Dopuszcza się możliwość powtórzenia startu. Każdy zawodnik, który spowoduje falstart zostanie zdyskwalifikowany po zakończeniu wyścigu.
6. Finisz w konkurencjach, podczas których zawodnicy przebiegają przez linię mety w pozycji wyprostowanej biegnąc jest orzekany w momencie, kiedy zawodnik przekroczy linię mety klatką piersiową.
7. Przed rozpoczęciem konkurencji zostaną wyznaczone limity, w których zawodnicy muszą się zmieścić, aby ukończyć konkurencje. Przekroczenie limitu wyklucza zawodnika lub drużynę z danej konkurencji.
8. Każde naruszenie przepisów dotyczących przebiegu konkurencji w sposób świadomy spowoduje dyskwalifikację poszczególnych zawodników i/lub całej drużyny.

9. Jeżeli zawodnik lub drużyna nieprawidłowo wykonają któryś z elementów danej konkurencji, lecz w trakcie wyścigu powrócą do miejsca, w którym popełnili błąd i będą kontynuować go zgodnie z przepisami, mogą ukończyć konkurencję bez dyskwalifikacji.
10. Dyskwalifikacje ponadto mogą zostać ogłoszone, gdy zawodnik lub drużyna:
 - a) nie przestrzega zasad fair play;
 - b) używa wulgaryzmów;
 - c) niekulturalnie lub agresywnie zachowuje się w stosunku do sędziów, organizatorów oraz innych uczestników Zawodów;
 - d) wchodzi do wody na obszarze trwającej konkurencji, w której nie bierze on udziału;
 - e) korzysta z pomocy innych osób podczas rozgrywania danych konkurencji;
 - f) przeszkadza celowo innym zawodnikom lub drużynie w wykonaniu konkurencji;
 - g) jest nieobecny/a w momencie otwarcia i zamknięcia Zawodów.
11. Zawodnik może być poddany kontroli antydopingowej. Odmowa lub wynik pozytywny powoduje dyskwalifikację z Zawodów zawodnika lub całej drużyny.

3. PROTESTY I ODWOŁANIA

1. Protesty i odwołania od decyzji sędziów mogą być składane Sędziemu Głównemu.
2. Protesty dotyczące warunków rozgrywania konkurencji (np. ułożenia torów) można składać do 30 minut przed rozpoczęciem każdej konkurencji.
3. Inne niż wymienione w punkcie 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. Oficjalne ogłoszenie wyników powinno być wstrzymane do momentu rozpatrzenia wszystkich protestów oraz odwołań.
4. Protesty będą rozpatrywane w trybie natychmiastowym, po wpłaceniu wadium w wysokości 100,- PLN. Wadium podlega zwrotowi w przypadku uznania protestu.
5. Wszystkie protesty i odwołania od decyzji sędziów zostaną rozpatrzone i mogą być, stosownie do okoliczności, odrzucone (braki formalne), oddalone (bezzasadne) lub uznane (zasadne).
6. Wynik protestu i odwołania od decyzji sędziów powinien być oficjalnie ogłoszony i zamieszczony w komunikacie końcowym.
7. W przypadku odrzucenia lub oddalenia protestu Organizator przekaze kwotę uzyskaną z tego tytułu na cele charytatywne.
8. Jeżeli zawodnicy biorący udział w konkurencjach uznają, że warunki atmosferyczne mogą mieć wpływ na przebieg konkurencji nie przysługuje im protest lub odwołanie dotyczące incydentu spowodowanego warunkami atmosferycznymi, a Sędziowie mają wyłączną kompetencję do orzekania czy incydent został spowodowany szczególnymi warunkami atmosferycznymi czy nie.
9. Sędzia Główny może odwołać rozgrywanie Zawodów lub przesunąć termin rozgrywania konkurencji, a w przypadku, gdy konkurencja zostanie odwołana, w momencie, gdy część zawodników już wzięła w niej udział, dotychczasowe wyniki tej konkurencji zostają anulowane.
10. Sędzia Główny może zmienić miejsce rozgrywania konkurencji lub zasady dotyczące poszczególnych konkurencji (np. skrócić dystanse), jeżeli uzna to za stosowne, ale zmiana taka może mieć tylko miejsce przed rozpoczęciem konkurencji i musi być ogłoszona wszystkim startującym zawodnikom.
11. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian regulaminowych i organizacyjnych.

II. KONKURENCJE MISTRZOSTW

1. ZASADY OGÓLNE

ROZSTAWIENIE BOI NA MORZU:

1. Pierwszy rząd stanowi **sześć** różnokolorowych boi, które są rozmieszczone w linii prostej równoległej do linii brzegowej, w równej odległości od siebie wynoszącej minimum 15 m. Odległość od pierwszego rzędu boi do linii brzegowej wynosi 100 m.
2. Drugi rząd stanowią **cztery** boje, które są rozmieszczone w linii prostej równoległej do pierwszego rzędu różnokolorowych sześciu boi, w równej odległości od siebie wynoszącej minimum 20m. Odległość drugiego rzędu boi do linii brzegowej wynosi 150 m.

2. PIERWSZY DZIEŃ MISTRZOSTW

Konkurencja nr 1

BIEG-PŁYWANIE- BIEG

Opis konkurencji:

1. Zawodnicy pierwsze 200m biegną, następnie 240m płyną i kolejne 160m biegną.
2. Zawodnik, który nie pokona dystansu będzie zdyskwalifikowany.
3. Bramka start/meta wyznaczona będzie prostopadle do linii brzegowej w miejscu ustalonym przez sędziego.
4. Na sygnał startera zawodnicy biegną dystans 100m, równoległe do brzegu morza, do punktu nawrotu, wyznaczonego przez odpowiedni słupek, obiegają go swoim prawym ramieniem, zgodnie z ruchem wskazówek zegara i biegną z powrotem do bramki start/meta, kolejne 100m.
5. Zawodnicy, po przebiegnięciu przez bramkę start/meta zgodnie z ruchem wskazówek zegara, wbiegają do wody i płyną do boi w pierwszym rzędzie i opływają je wszystkie, płynąc równoległe do brzegu, swoim prawym ramieniem zgodnie z ruchem wskazówek zegara, a następnie płyną w kierunku brzegu.
6. Po wyjściu na brzeg, zawodnicy omijają wyznaczony słupek swoim lewym ramieniem, przeciwnie do ruchu wskazówek zegara i biegną wzdłuż plaży około 60 m do punktu nawrotu, a następnie 100m do bramki start/meta, gdzie kończą bieg.
7. Linia mety usytuowana jest w świetle bramki start/meta w specjalnym leju o szerokości 1m. Każdy z zawodników kończy wyścig po przebiegnięciu przez bramkę start/meta i wbiegnięciu do leja.

Konkurencja nr 2

WYŚCIG RATUNKOWY Z PASEM RATUNKOWYM

Pasy ratunkowe dostarcza Organizator.

Opis konkurencji:

1. W konkurencji bierze udział czterech zawodników z każdej drużyny: pozorant, ratownik z pasem ratunkowym oraz dwaj ratownicy.
2. Jednocześnie może startować maksymalnie sześć drużyn z sześciu wyznaczonych stanowisk startu.
3. Wyścig odbywa się na dystansie około 200m po wyznaczonym torze.
4. Stanowiska startu znajdują się naprzeciw poszczególnych boi. Meta dla wszystkich znajduje się na linii łączącej pierwsze i ostatnie stanowisko startowe i jest oznaczona za pomocą specjalnych, wyższych tyczek z chorągiewkami.
5. Przed startem pasy ratunkowe oraz płetwy zostają umieszczone 5m od linii startu/mety poszczególnego stanowiska w linii prostej z poszczególnymi bojami.
6. Przed startem pozorant płynie lub jest transportowany (w zależności od warunków atmosferycznych i stanu morza) do odpowiedniej boi. Pozorant po dotarciu do boi chwytają ją i podnosi rękę dając w ten sposób znak sędziemu starterowi do gotowości. Pozorant

musi mieć stały fizyczny kontakt z boją – od sygnału startu do chwili dopłynięcia do niego ratownika z pasem ratunkowym.

7. Ratownik, który będzie płynął z pasem, ustawia się na linii startu/mety. Na sygnał startera ratownik cofa się po pas ratunkowy i płetwy, po czym biegnie do wody i płynie do pozoranta. Stoper włączony zostaje po sygnale startu dla zawodnika z pasem.
8. Ratownik opływa odpowiednią boję, swoim prawym ramieniem zgodnie z ruchem wskazówek zegara i zabezpiecza pozoranta – zapina go w pas ratunkowy (pozorant może pomagać ratownikowi podczas zapinania w pas ratunkowy). Następnie pozorant jest holowany do brzegu.
9. Kiedy ratownik z pasem ratunkowym płynie do pozoranta pozostali dwaj ratownicy ustawiają się na stanowisku startu.
10. Kiedy ratownik holuje pozoranta pozostali ratownicy mogą wejść do wody i pomagają ratownikowi wynieść pozoranta na brzeg. Ratownik z pasem może pozostać w wodzie.
11. Czas jest zatrzymany w momencie przekroczenia klatką piersiową pierwszego zawodnika linii mety. Obaj zawodnicy wnoszący pozoranta muszą mieć stały fizyczny kontakt z pozorantem w momencie przekraczania linii mety.
12. Podczas płynięcia ratownik z pasem musi mieć nałożony pas z całkowicie rozwiniętą liną.
13. Pozorant musi znajdować się z pozycji na plecach. Pozorant może pomagać ratownikowi poprzez wykonywanie pod wodą ruchów nogami i rękami, nie wolno mu jednak płynąć w ten sposób, aby jego ramiona wyruszały się nad powierzchnię wody.
14. Holujący ratownik zabezpiecza pozoranta w taki sposób, aby pas znajdował się pod jego ramionami a lina była maksymalnie rozwinięta.

Konkurencja nr 3 SZTAFETA W MORZU

Opis konkurencji:

1. W konkurencji bierze udział 4 zawodników z drużyny.
2. Tory rozstawione są w ten sposób, iż tyczka wyznaczająca start znajduje się na lądzie około 20m od linii brzegowej natomiast sędzia trzymający tyczkę wyznaczającą nawrót znajduje się w wodzie około 50m od linii brzegowej.
3. Na sygnał startera pierwszy zawodnik startuje i biegnie lub płynie w kierunku sędziego trzymającego tyczkę znajdującą się w wodzie, następnie okrąża go zgodnie z ruchem wskazówek zegara i wraca na linię startu. Na linii startu dotykając dowolnie kolejnego zawodnika daje mu sygnał do startu.

Konkurencja nr 4 WYŚCIG RATUNKOWY Z DESKĄ

Opis konkurencji:

1. W konkurencji bierze udział dwóch zawodników z każdej drużyny: pozorant, ratownik.
3. Wyścig odbywa się na dystansie około 200m po wyznaczonym torze.
4. Stanowiska startu znajdują się naprzeciw poszczególnych boi. Meta dla wszystkich znajduje się na linii łączącej pierwsze i ostatnie stanowisko startowe i jest oznaczona za pomocą specjalnych, wyższych tyczek z chorągiewkami.
5. Ratownik z deską i pozorant stoją na stanowisku startu. Na sygnał startera pozorant biegnie z linii startu w kierunku morza i płynie do odpowiedniej boi. Pozorant po dopłynięciu do boi chwyta ją i podnosi rękę dając w ten sposób znak zawodnikowi na brzegu do startu. Pozorant musi mieć stały fizyczny kontakt z boją od momentu dopłynięcia do niej aż do chwili podjęcia go na deskę przez ratownika.
6. Ratownik na desce płynie w kierunku boi, opływa ją swoim prawym ramieniem zgodnie z ruchem wskazówek zegara, podejmuje pozoranta i razem płyną do linii startu/mety. Obaj zawodnicy mogą używać zarówno nóg jak i ramion w trakcie powrotu do brzegu.
7. Ratownik przed startem może dotykać deski.

8. Pozorant jest podejmowany czekając przy boi od strony morza. W tym momencie deska nie musi znajdować się przy boi całkowicie od strony morza. Pozorant może być umieszczony na desce zarówno z przodu jak i z tyłu.
9. Pozorant może pomagać ratownikowi w podejmowaniu na deskę.
10. W czasie wyścigu ratownicy mogą stracić kontakt z deską bez konsekwencji dyskwalifikacji, ale podczas przekraczania linii mety muszą mieć fizyczny kontakt z deską.
11. Czas zatrzymany zostaje w momencie przekroczenia klatką piersiową, przez pierwszego zawodnika linii mety.

Konkurencja nr 5

WYŚCIG PŁYWANIE W MORZU W PŁETWACH

Opis konkurencji:

1. Wszyscy zawodnicy rozpoczynają wyścig z linii startu z bramki oznaczonej tyczkami trzymając w rękach płetwy, a kończą na linii mety wyznaczonej również tyczkami i wbiegają następnie do leja również trzymając w rękach płetwy. Linie startu i mety wyznaczają bramki ustawione równolegle do linii brzegowej.
2. Na sygnał startera, zawodnicy wbiegają do wody, ubierają płetwy i opływają wszystkie boje znajdujące się na morzu swoim prawym ramieniem.

3. DRUGI DZIEŃ MISTRZOSTW

Konkurencja nr 6

WYŚCIG PŁYWANIE

Opis konkurencji:

1. Wszyscy zawodnicy rozpoczynają wyścig na linii startu z bramki oznaczonej tyczkami, a kończą na linii mety wyznaczonej również tyczkami i wbiegają następnie do leja. Linie startu i mety wyznaczają bramki ustawione równolegle do linii brzegowej.
2. Na sygnał startera, zawodnicy wbiegają do wody i płyną w ten sposób, że mijają wszystkie boje rozstawione na morzu swoim prawym ramieniem.

Konkurencja nr 7

WYŚCIG NA DESKACH

Opis konkurencji:

1. zawodnicy rozpoczynają wyścig na linii startu - bramka nr 1 a kończą na linii mety - bramka nr 2. Linie startu i mety wyznaczają bramki ustawione równolegle do linii brzegowej.
2. Na sygnał startera, zawodnicy biegną z deską do wody i płyną w ten sposób, że mijają wszystkie boje ustawione na morzu swoim prawym ramieniem. Dystans pokonują w dowolnej pozycji.

Konkurencja nr 8

WYŚCIG KAJAKÓW

Opis konkurencji:

1. zawodnicy rozpoczynają wyścig na linii startu wyznaczonej tyczkami i znajdującej się w wodzie i kończą na linii mety wyznaczonej tyczkami i znajdującej się w wodzie. Linie startu i mety wyznaczają bramki ustawione równolegle do linii brzegowej.
2. Na sygnał startera, zawodnicy wsiadają do kajaków i płyną w ten sposób, że mijają wszystkie boje ustawione na morzu swoim prawym ramieniem. Dystans pokonują w dowolnej pozycji.

Konkurencja nr 9

SPRINT 90m PO PLAŻY

Opis konkurencji:

1. Konkurencja odbywa się na co najmniej czterech torach o szerokości 1,5m i długości 90m wyznaczonych kolorową liną.
2. Na sygnał startera zawodnik startuje z dowolnej pozycji i biegnie w kierunku mety.
3. Zawodnik może przekroczyć linię mety tylko i wyłącznie w obrębie swojego wyznaczonego toru. Wkroczenie podczas biegu lub zmiany na tor innego zawodnika oraz jakiegokolwiek działanie na jego szkodę podlega dyskwalifikacji.

Konkurencja nr 10

FLAGI PLAŻOWE

Opis konkurencji:

1. Konkurencja rozgrywana będzie na boisku o wymiarach 20m x 10m w obrębie placu wyznaczonego na plaży do rozgrywania konkurencji.
2. Zawodnicy startują z pozycji leżenia przodem z rękoma złożonymi pod podbródkiem i stopami złączonymi razem, wszystkie części ciała leżą płasko na ziemi. Zabrania się podsypywania pisaku pod podbródek lub jakąkolwiek inną część ciała. Ich palce nóg znajdują się na linii startu.
3. Zawodnicy leżą tyłem do kierunku biegu.
4. Na sygnał startera zawodnicy przyjmują pozycję opisaną powyżej z uniesioną głową. Na sygnał „głowy w dół” kładą brody na swoich rękach.
6. Na sygnał startu zawodnicy podnoszą się i biegną by chwycić flagę.
7. Flagi znajdują się 20 m od linii startu.
8. Zawodnicy, którzy zdobędą flagę awansują do następnej rundy.
9. W każdej następnej rundzie liczba flag i zawodników zmniejsza się aż do momentu, gdy pozostaje 1 flaga i 2 zawodników.
10. Zwycięzcą pozostaje ten, kto zdobędzie ostatnią flagę.
11. Przed każdą serią zawodnicy losują numery torów.
12. W przypadku, gdy dwóch lub więcej zawodników chwyci jednocześnie tę samą flagę, to zwycięzcą jest ten zawodnik, który trzyma flagę najniżej.
13. Zawodnik zostanie zdyskwalifikowany, jeśli chwyci więcej niż jedną flagę.