**«Инструкция по прохождению спортсменами технической комиссии и предстартовой проверки на соревнованиях по спортивному туризму в Чувашской Республике»**

**1. Общие требования**

1.1 Спорстмены должны прибыть на предстартовую проверку не позднее времени, указанного в Условиях проведения соревнований или стартовом протоколе (при указании в нём времени прохождения предстартовой проверки).

1.2 Спортсмены, опоздавшие ко времени проведения предстартовой проверки, но пришедшие на нее до времени старта, указанного в стартовом протоколе, проходят предстартовую проверку на общих основаниях, даже если результатом тому станет поздний старт.

1.3 На всём используемом спортсменом снаряжении не должно быть элементов, затрудняющих проверку целостности (изолента, скотч, лейкопластырь, наклейки и прочее). Все элементы снаряжения должны быть доступны для полного визуального контроля в процессе проверки технической комиссией и во время прохождения дистанции.

1.4 В конструкцию снаряжения не должно быть внесено самодельных изменений, которые могут снизить степень его безопасности при использовании.

1.5 Судья, проводящий предстартовую проверку, имеет право запретить к использованию для прохождения дистанции снаряжение, не отвечающее требованиям безопасности.

1.6 Недопущенное к использованию для прохождения дистанции снаряжение изымается судьёй на предстартовой проверке и возвращается представителю делегации после финиша последнего участника делегации в данном соревновательном дне.

1.7 Судья на предстартовой проверке имеет право поджечь конец верёвки (основная верёвка, блокировка, ус самостраховки, опорная петля) для определения материала, из которого изготовлена верёвка.

1.8 Спортсмены, снаряжение которых не соответствует требованиям данной Инструкции, не допускаются к соревнованиям до устранения всех несоответствий.

**2. Одежда спортсмена**

2.1 Одежда спортсмена должна закрывать всё тело от запястий до щиколоток и не иметь значительных повреждений.

2.2 При прохождении дистанции спортсмен должен быть в спортивной обуви. Спортивная обувь не должна иметь металлических шипов.

2.3 На спортсмене не должно быть украшений (кольца, серьги, браслеты, цепочки). Длинные волосы должны быть убраны под каску или элементы одежды.

2.4. Рукавицы или перчатки должны быть изготовлены из плотного материала и не иметь повреждений рабочей поверхностей. Перчатки должны закрывать как минимум две фаланги пальцев рук спортсмена.

**3. Индивидуальные страховочные системы (ИСС)**

3.1 Спортсмен должен использовать сертифицированную индивидуальную страховочную систему (далее – ИСС). ИСС может быть цельной или состоящей из беседки и грудной обвязки.

3.2 ИСС должна быть надета на спортсмена в соответствии с паспортом изделия, отрегулирована по размеру и плотно облегать бёдра, пояс и грудь спортсмена.

3.3 Стропы ИСС должны быть заправлены в пряжки в соответствии с паспортом изделия. Стропа, проходящая через двухщелевые пряжки, в обязательном порядке должна иметь обратный ход, выход свободного конца стропы из пряжки должен быть не менее 7 см.

3.4 К использованию не допускаются ИСС имеющие существенный износ стропы, структурные повреждения стропы, порезы, повреждения сшивок и коушей текстильных изделий, деформацию, трещины и глубокую коррозию на пряжках и металлических элементах обвязок, следы химических веществ, масляных пятен, краски, герметика и пр..

3.5 ИСС спортсмена должна быть сблокирована веревкой диаметром не менее 10 мм, которая проходит через петли беседки и грудной обвязки согласно паспорта изделия. Использование верёвки из полипропилена для блокировки ИСС запрещено.

3.6 Допускается блокировка ИСС специальным карабином, предназначенным для этих целей.

3.7 Для связывания блокировок систем разрешено использование узлов, указанных в Регламентах спортивных дисциплин, выход свободных концов из узла должен быть не менее 50 мм.

3.8 Самостраховку спортсмена, средства подъёма и спуска по верёвке, средства подвески на навесной переправе, страховку и сопровождение разрешено крепить только в точку крепления беседки (силовая петля или кольцо) и за блокировку ИСС.

3.9 Для жёсткого закрепления снаряжения к ИСС запрещено использование металлических хомутов, проволоки и подобных креплений. Разрешено использование нейлоновых стяжек, не имеющих острых углов.

**4. Усы самостраховки**

4.1 Усы самостраховки должны быть выполнены из основной верёвки диаметром не менее 10 мм или быть готовым сертифицированным заводским изделием (сертификат EN354 или ТР ТС 019/2011), имеющим разрывную нагрузку не менее 15 kN. Использование верёвки из полипропилена для усов самостраховки запрещено.

4.2 Усы самостраховки крепятся в точку крепления к ИСС посредством узлов, указанных в Регламентах спортивных дисциплин, карабинов или составляют одно целое с блокировкой.

4.3 Длина короткого уса самостраховки должна быть не выше запястья участника вытянутого вверх, длина длинного уса – не более 1,5 метров.

4.4 Заперщено использование в качестве усов самостраховки изделий, выполненных из стропы.

**5. Верёвки**

5.1 Для организации страховки, перил, сопровождения, снятия перил применяются основные верёвки диаметром не менее 10 мм, имеющие разрывную нагрузку не менее 1800 кгс (18 kN)~~.~~

5.2 К использованию не допускается верёвка имеющая повреждения оплётки и прядей, порезы, переломы верёвки, «грыжи», «набухания», места отсутствия сердцевины верёвки под оплёткой, следы воздействия высокой температуры (оплавление, обугливание), химических веществ, масляных пятен, краски, герметика и пр.

5.3 На концах веревок допустима метка клеящимися материалами шириной не более 5 см.

**6. Каски**

6.1 Размер каски должен соответствовать размеру головы спортсмена и плотно сидеть на голове.

6.2 На каске не должно быть никаких непредусмотренных наклеек и номеров.

6.3 К использованию не допускаются каски имеющие сколы, трещины, вмятины и прочие деформации корпуса, несправные элементы фиксации каски на голове (ремешки, защёлки, колёсики и т.д.) и внутренней подвески.

6.4 На передней и затылочной частях каски крепятся стартовые номера участников, которые должны быть чётко видны.

**7. Карабины, устройства для подъёма и спуска по верёвке, средства движения по навесной переправе.**

7.1 Для выполнения технических приёмов, связанных с передвижением, страховкой и самостраховкой спортсменов, используются карабины с муфтой, блокирующей самопроизвольное открывание защёлки карабина, с продольной прочностью не менее 22 kN и поперечной – не менее 6 kN.

7.2 Карабины должны иметь один из сертификат соответствия: EN12275, EN362, ТР ТС 019/2011 (ГОСТ Р ЕН362-2008).

7.3 Карабины «типа К» (со сдвижной муфтой) допустимо использовать только для самостраховки, организации сопровождения и подключения к точке крепления ИСС спускового устройства и блок-ролика для передвижения по навесной переправе.

7.4 Зажим типа «жумар» и иные фиксирующие устройства должны иметь один из сертификат соответствия: EN567, ТР ТС 019/2011 (ГОСТ EN12841-2014).

7.5 Не допускается использование снаряжения (карабины, ролики, восьмерки, зажимы и т.д.), имещего трещины, деформации корпуса, протёртости (износ более 10%), неисправный механизм блокирования, острые края, заусенцы, глубокую коррозию, конструктивные изменения, повреждения заклёпок, петель, пружин, запирающих элементов и т.д.

7.6 На устройствах для спуска запрещено использовать элементы, снижающие трение и увеличивающие скорость спуска спортсмена.

7.7 Блок-ролики для движения по навесной переправе должны иметь конструкцию, в случае развала которой движущийся спортсмен должен остаться подключенным к перилам через карабин.

**8. Прочее снаряжение**

8.1 Для подключения полиспаста используется только петля из репшнура диаметром не менее 7 мм и разрывной нагрузкой не менее 9 kN. Для подключения полиспаста запрещено использовать зажимы.

8.2 Опорные петли должны быть выполнены из основной верёвки диаметром не менее 10 мм. Использование верёвки из полипропилена для опорных петель запрещено. Запрещено использование в качестве опорных петель изделий, выполненных из стропы.

8.3 Для прохождения лыжных дистанций длина лыж должна быть не менее 1,5 метров.

8.4 Длина рабочей зоны (резьбы) ледобура должна быть не менее 80мм.