

Regulamin Memoriału im. Haliny Dzidówny 2017

1. Cel zawodów

Głównym celem zawodów jest upamiętnienie bohaterskiej postawy Haliny Dzidy, która poniosła śmierć podczas pożaru rafinerii w Czechowicach-Dziedzicach w 1971 roku.

Ponadto propagowanie wśród młodzieży aktywnego trybu życia oraz doskonalenia sprawności fizycznej. Dodatkowo popularyzowanie Młodzieżowych Drużyn Pożarniczych oraz Jednostek OSP wśród lokalnych społeczności.

1.1 Zawodnicy

W memoriale mogą startować maksymalnie dwie drużyny (dwuosobowe) w danej kategorii wiekowej złożone z członków MDP z danej jednostki OSP. Dopuszcza się drużyny męskie, mieszane i kobiece.

Minimalna ilość drużyn w danej kategorii 5. Poniżej tego pułapu zgłoszone drużyny będą przepisane do wyższej kategorii.

2. Grupy wiekowe

1. Od 16 do 18 roku życia
2. Od 13 do 16 roku życia
3. Od 11 do 13 roku życia
4. Od 8 do 11 roku życia

Przydział do danych grup wiekowych w oparciu o datę urodzenia (nie rocznikowo).

Przykładowo: Ukończone 11 lat kategoria 3.

Zespół musi składać się z zawodników z jednej kategorii wiekowej!

3. Ubranie:

- Grupa 1 - mundur koszarowy+ hełm MDP + rękawice + buty skórzane (wymagane jest obuwie zakrywające kostkę)
- grupy 2-4/ubranie sportowe typu dres (długi rękaw i długie spodnie) + hełm MDP + rękawice+ obuwie sportowe.

4. Każdy uczestnik powinien posiadać:

- legitymację MDP lub OSP,
- zgodę rodzica/prawnego opiekuna,

- potwierdzenie zapoznania się z regulaminem,
- podpis lekarza/zaświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w zawodach.

2.1 Grupa wiekowa 16 do 18 roku życia:

Bieg wykonują dwie osoby na odległości 180 metrów pokonując 7 przeszkód:

- **Przeszkoda 1-Bieg farmera**

Przygotowane są dwa stanowiska, na każdym po dwa kanistry na jednego zawodnika. Zawodnik ma za zadanie przenieść kanistry o łącznej wadze 30 kg (15 kg każdy) na dystansie 25 metrów. Przeszkoda zostaje zaliczona, gdy kanistry zostaną przeniesione i postawione na wyznaczonym miejscu przez każdego z dwóch zawodników.

- **Przeszkoda 2-Ściana**

Ściana o wysokości 1,60 metra. Zawodnicy mają za zadanie pojedynczo pokonać ścianę. Nie ma znaczenia technika i kolejność pokonywania przeszkody przez zawodników.

- **Przeszkoda 3-Slalom**

Slalom składający się z 8 pachołków. Zawodnicy mają za zadanie pokonać slalom po zewnętrznej stronie pachołków, jeden za drugim, w dowolnej kolejności. Niedozwolona jest zmiana kolejności zawodników podczas pokonywania przeszkody.

- **Przeszkoda 4- Bramka**

Bramkę otwiera jeden z zawodników ciągnąc za linkę, drugi zawodnik pokonuje przeszkodę przechodząc przez otwór i otwiera bramkę z drugiej strony aby ten pierwszy również mógł przejść.

- **Przeszkoda 5-Beczka**

Beczka 200L napełniona 60 litrami wody. Zadaniem zawodników jest przeniesienie beczki na dystansie 25 metrów. Przeszkoda zostaje zaliczona, gdy zawodnicy po przeniesieniu beczki położą ją w wyznaczonym miejscu.

- **Przeszkoda 6-Tunel**

Tunel o długości 6 metrów. Zadaniem zawodników jest pokonanie tunelu jeden za drugim w dowolnej kolejności. Niedozwolone jest wyprzedzanie podczas pokonywania przeszkody.

- **Przeszkoda 7- Linia gaśnicza**

Zadaniem zawodników jest wspólne zbudowanie linii gaśniczej (zgodnie z zasadami regulaminu zawodów sportowo-pożarniczych z 2011 r. pkt. 4.14.3). Zadanie zostaje zaliczone, gdy obaj zawodnicy przebiegną linię mety, a linia gaśnicza jest połączona.

META znajduje się 180 metrów od STARTU.

2.2 Grupa wiekowa od 13 do 16 roku życia:

Bieg wykonują dwie osoby na odległości 180 metrów pokonując 7 przeszkód:

- **Przeszkoda 1-Bieg farmera**

Przygotowane są dwa stanowiska, na każdym po dwa kanistry na jednego zawodnika.

Zawodnik ma za zadanie przenieść kanistry o łącznej wadze 20 kg (10 kg każdy) na dystansie 25 metrów. Przeszkoda zostaje zaliczona, gdy kanistry zostaną przeniesione i postawione na wyznaczonym miejscu przez każdego z dwóch zawodników.

- **Przeszkoda 2-Ściana**

Ściana o wysokości 1,60 metra. Zawodnicy mają za zadanie pojedynczo pokonać ścianę. Nie ma znaczenia technika i kolejność pokonywania przeszkody przez zawodników.

- **Przeszkoda 3-Slalom**

Slalom składający się z 8 pachołków. Zawodnicy mają za zadanie pokonać slalom po zewnętrznej stronie pachołków, jeden za drugim, w dowolnej kolejności. Niedozwolona jest zmiana kolejności zawodników podczas pokonywania przeszkody.

- **Przeszkoda 4- Bramka**

Bramkę otwiera jeden z zawodników ciągnąc za linkę, drugi zawodnik pokonuje przeszkodę przechodząc przez otwór i otwiera bramkę z drugiej strony aby ten pierwszy również mógł przejść.

- **Przeszkoda 5-Beczka**

Beczka 200 L napełniona 30 litrami wody. Zadaniem zawodników jest przeniesienie beczki na dystansie 25 metrów. Przeszkoda zostaje zaliczona, gdy zawodnicy po przeniesieniu beczki położą ją w wyznaczonym miejscu.

- **Przeszkoda 6-Tunel**

Tunel o długości 6 metrów. Zadaniem zawodników jest pokonanie tunelu jeden za drugim w dowolnej kolejności. Niedozwolone jest wyprzedzanie podczas pokonywania przeszkody.

- **Przeszkoda 7-Linia gaśnicza**

Zadaniem zawodników jest wspólne zbudowanie linii gaśniczej (zgodnie z zasadami regulaminu zawodów sportowo-pożarniczych z 2011 r. pkt. 4.14.3). Zadanie zostaje zaliczone, gdy obaj zawodnicy przebiegną linię mety, a linia gaśnicza jest połączona.

META znajduje się 180 metrów od STARTU.

2.3 Grupa wiekowa Od 11 do 13 roku życia:

Bieg wykonują dwie osoby na odległości 180 metrów pokonując 7 przeszkód:

- **Przeszkoda 1-Bieg farmera**

Przygotowane są dwa stanowiska, na każdym po dwa kanistry na jednego zawodnika. Zawodnik ma za zadanie przenieść kanistry o łącznej wadze 10 kg (5 kg każdy) na dystansie 25 metrów. Przeszkoda zostaje zaliczona, gdy kanistry zostaną przeniesione i postawione na wyznaczonym miejscu przez każdego z dwóch zawodników.

- **Przeszkoda 2-Ściana**

Drabinka o wysokości 2 metrów. Zawodnicy mają za zadanie pojedynczo pokonać ścianę. Nie ma znaczenia technika i kolejność pokonywania przeszkody przez zawodników.

- **Przeszkoda 3-Slalom**

Slalom składający się z 8 pachołków. Zawodnicy mają za zadanie pokonać slalom po zewnętrznej stronie pachołków, jeden za drugim, w dowolnej kolejności. Niedozwolona jest zmiana kolejności zawodników podczas pokonywania przeszkody.

- **Przeszkoda 4- Bramka**

Bramkę otwiera jeden z zawodników ciągnąc za linkę, drugi zawodnik pokonuje przeszkodę przechodząc przez otwór i otwiera bramkę z drugiej strony aby ten pierwszy również mógł przejść.

- **Przeszkoda 5-Beczka**

Beczka 200L napełniona 10 litrami wody. Zadaniem zawodników jest przeniesienie beczki na dystansie 25 metrów. Przeszkoda zostaje zaliczona, gdy zawodnicy po przeniesieniu beczki położą ją w wyznaczonym miejscu.

- **Przeszkoda 6-Tunel**

Tunel o długości 6 metrów. Zadaniem zawodników jest pokonanie tunelu jeden za drugim w dowolnej kolejności. Niedozwolone jest wyprzedzanie podczas pokonywania przeszkody.

- **Przeszkoda 7-Linia gaśnicza**

Zadaniem zawodników jest wspólne zbudowanie linii gaśniczej (zgodnie z zasadami regulaminu zawodów sportowo-pożarniczych z 2011 r. pkt. 4.14.3). Zadanie zostaje zaliczone, gdy obaj zawodnicy przebiegną linię mety, a linia gaśnicza jest połączona.

META znajduje się 180 metrów od STARTU.

2.4 Grupa wiekowa Od 8 do 11 roku życia:

Bieg wykonują dwie osoby na odległości 180 metrów pokonując 7 przeszkód:

- **Przeszkoda 1-Bieg farmera**

Przygotowane są dwa stanowiska, na każdym po dwa kanistry na jednego zawodnika. Zawodnik ma za zadanie przenieść kanistry o łącznej wadze 3 kg (1,5 kg każdy) na dystansie 25 metrów. Przeszkoda zostaje zaliczona, gdy kanistry zostaną przeniesione i postawione na wyznaczonym miejscu przez każdego z dwóch zawodników.

- **Przeszkoda 2-Ściana**

Ścianka o wysokości 0,7 metrów. Zawodnicy mają za zadanie pojedynczo pokonać ścianę. Nie ma znaczenia technika i kolejność pokonywania przeszkody przez zawodników.

- **Przeszkoda 3-Slalom**

Slalom składający się z 8 pachołków. Zawodnicy mają za zadanie pokonać slalom po zewnętrznej stronie pachołków, jeden za drugim, w dowolnej kolejności. Niedozwolona jest zmiana kolejności zawodników podczas pokonywania przeszkody.

- **Przeszkoda 4- Bramka**

Bramkę otwiera jeden z zawodników ciągnąc za linkę, drugi zawodnik pokonuje przeszkodę przechodząc przez otwór i otwiera bramkę z drugiej strony aby ten pierwszy również mógł przejść.

- **Przeszkoda 5-Beczka**

Beczka 200 L pusta. Zadaniem zawodników jest przeturlanie beczki na dystansie 25 metrów. Przeszkoda zostaje zaliczona, gdy zawodnicy po przeturlaniu beczki umieszczą ją w wyznaczonym miejscu.

- **Przeszkoda 6-Tunel**

Tunel o długości 6 metrów. Zadaniem zawodników jest pokonanie tunelu jeden za drugim w dowolnej kolejności. Niedozwolone jest wyprzedzanie podczas pokonywania przeszkody.

- **Przeszkoda 7-Wolny Przebieg**

Zadaniem zawodników jest wspólne dobiegnięcie do mety.

META znajduje się 180 metrów od STARTU.

3. Ocena wykonania zadania:

Zadanie zostaje zaliczone jeżeli linię mety przebiegną obaj zawodnicy startujący w drużynie. Na wynik drużyny składa się suma punktów uzyskanych za czas wykonania konkurencji oraz punktów karnych. Czas wykonania mierzony jest od sygnału rozpoczynającego bieg do momentu przekroczenia

przez ostatniego zawodnika linii mety. Osiągnięty czas przelicza się na punkty, przyjmując zasadę 1s= 1 pkt. (dziesiętne części sekundy odpowiadają dziesiętnym częściom punktu).

Punkty Karne:

- **Bieg farmera** – nie ustawienie karnistrów (każdy karnister liczony osobno) na wyznaczonym miejscu traktowane jest jako błąd za każdy przypadek dolicza się **5 pkt. karnych**
- **Slalom** – za każdy przewrócony pachołek doliczmy **3 pkt. karne** ,
- **Beczka** - nie ustawienie beczki na wyznaczonym miejscu traktowane jest jako błąd dolicza się **10 pkt. karnych**
- **Linia gaśnicza** – za każdy przypadek nie podpięcia łączników (W_{52} do rozdzielacza, połączenie odcinków W_{52} , nie połączenie odcinka W_{52} do prądownicy) dolicza się **10 pkt. karnych**,
- Ominięcie przeszkody (zakażmy przypadek) – **10 pkt. karnych**

3. Wymiary toru:

Tor ma długość 180 metrów licząc od startu do mety

Lp.	Metr	Opis
1.	0	START
2.	10	Kanistry
3.	35	Miejsce pozostawienia kanistrów
4.	45	Drabina/ściana
5.	55	Początek slalomu
6.	62	Koniec slalomu
7.	75	Bramka
8.	85	Beczka
9.	110	Miejsce pozostawienia beczki
10.	120	Początek tunelu
11.	126	Koniec tunelu
12.	145	Rozdzielacz, dwa odcinki węża W_{52} , prądownica
13.	180	META

Odległości mierzy się po wewnętrznej stronie toru.

4. Opis przeszkód:

- **Przeszkoda 1-Bieg farmera**

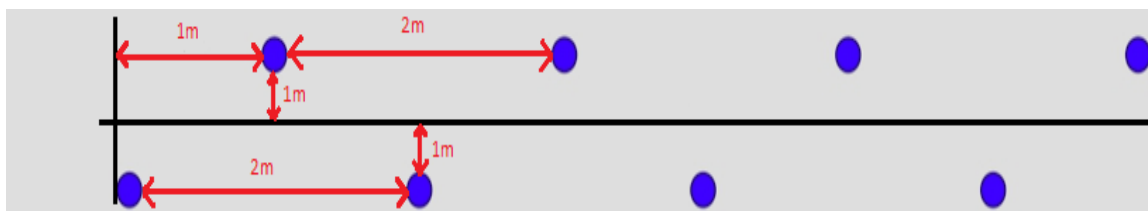
Kanistry wykonane z plastiku. Uchwyty wygodne (nie wrzynające się w dłoń), suche.

- **Przeszkoda 2-Ściana**

Drabinka i ściany zgodne z Regulaminem CTiF.

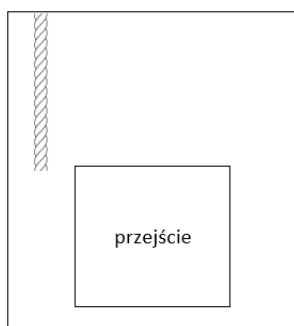
- **Przeszkoda 3-Slalom**

W miarę możliwości powinien być ustawiany na prostym odcinku toru.



- **Przeszkoda 4- Bramka**

Obciążona aby nie poruszyła się, wykonana z materiałów bezpiecznych, mechanizm zbudowany w dowolny sposób, same drzwi lekkie, opadając nie mogą powodować urazów. Przejście w wymiarach 60cm x 60 cm. Dopuszcza się użycie jednej liny z boku przeszkody lub dwóch lin po obu stronach ściany przeszkody.



/przykładowy wygląd/

- **Przeszkoda 5-Beczka**

Beczka 200 L plastikowa, nie cięższa niż 15 kg.

- **Przeszkoda 6-Tunel**

Tunel zgodny z Regulaminem CTiF.

- **Przeszkoda 7-Linia gaśnicza**

Sprzęt pożarniczy typowy

UWAGA:

Organizator zastrzega sobie prawo do zmian regulaminu.

ZGODA RODZICÓW

Dane rodzica/prawnego opiekuna:

Imię i nazwisko:

Adres:

Wyrażam zgodę na udział mojego dziecka
w Memoriale im. Haliny Dzikówny organizowanym w dniu

Potwierdzam zapoznanie się z Regulaminem Memoriału im. Haliny Dzikówny z 2017r.

.....
Podpis rodzica/prawnego opiekuna

Wyrażam zgodę na udział w Memoriale im. Haliny
Dzikówny zgodnie z regulaminem z 2017r.

.....

Podpis lekarza

.....
(pieczęć zakładu służby zdrowia)

....., dnia

(miejscowość)

ZAŚWIDCZENIE

Zaświadcza się, że pan/pani.....

(imię nazwisko)

Uradzony/a W.....

(data urodzenia)

(miejscowość)

Jest zdolny/a do wykonywania ćwiczeń fizycznych

.....
(Pieczęć i podpis lekarza)