

УСЛОВИЯ ДИСТАНЦИИ «ПРОНЫРИВАНИЕ ПОД ВОДОЙ НА ДАЛЬНОСТЬ ПРИ ЗАДЕРЖКЕ ДЫХАНИЯ»

1. ОБЩИЕ УСЛОВИЯ

Соревнования проводятся в 25-метровом закрытом плавательном бассейне с 6 плавательными дорожками.

Состав команды 6 человек: 4 юноши + 2 девушки. В командный зачет идут результаты всех 6-ти участников.

Участники соревнований обязаны:

- знать правила соревнований и четко выполнять их;
- строго соблюдать нормы поведения в бассейне;
- выполнять все распоряжения судей во время соревнований.

Каждый участник должен иметь при себе сменную обувь, купальник или плавки, плавательную шапочку, полотенце, мыло и мочалку. Для участия в соревнованиях рекомендуется использовать очки для плавания. Форма всех участников (плавательный костюм из непрозрачного материала, шапочка, очки) должна быть пригодной для выступления.

Соревнования проводятся в спортивном сооружении, отвечающем требованиям соответствующих правовых актов, действующих на территории Российской Федерации по вопросам обеспечения общественного порядка и безопасности участников и зрителей, при условии наличия актов готовности сооружения к проведению мероприятий, утверждаемых в установленном порядке.

2. ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ

Каждой команде дается один заплыв: все участники команды стартуют одновременно в одном заплыве (4 юноши и 2 девушки).

Старт осуществляется из воды толчком ног от стенки бассейна.

После продолжительного свистка судьи участники должны опуститься в воду и занять места в воде у стенки бассейна. Включается секундомер на одну минуту, в течение этого времени участники должны стартовать по мере своей готовности. По истечении 1-ой минуты судья даст короткий свисток, после данного звукового сигнала участники обязаны стартовать на дистанцию - не стартовавшие участники будут дисквалифицированы. При подсчете результатов командного первенства дисквалифицированные участники принесут своей команде 0 баллов.

Участник должен плыть под водой любым способом, ориентируясь по линии на дне бассейна. Запрещается при прохождении дистанции передвигаться вперед, цепляясь за разделительные дорожки.

Во время ныряния участник должен находиться все время под водой. В случае появления на поверхности воды любой части тела прохождение дистанции прекращается.

Участник должен закончить дистанцию на той же дорожке, по которой он стартовал.

В случае если участник намерен пронырнуть больше 25 метров, поворот должен быть выполнен под водой с касанием стенки на конце бассейна. Поворот необходимо сделать от стенки, отталкиваясь ногами от дна бассейна не разрешается.

Для успешного преодоления дистанции участникам рекомендуется использовать очки для плавания.

Для определения результата участника бассейн будет разделен на 12 зон – на отрезки по 5 метров + зона касания бортика. На борту бассейна будет также расположена измерительная лента, которой судья-контролер будет руководствоваться при определении результата.

За окончание дистанции в одной из 6-х зон участнику будет выставлен балл. Результат участника определяется по появлению любой части тела на поверхности воды, а также касанием пальцами рук бортика бассейна - 25 метров с касанием бортика и прохождение максимально возможной дистанции (50 метров).

3. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ, ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Итоги подводят по результатам командного первенства. Результат определяется по сумме баллов всех участников команды за прохождение дистанции. Побеждает команда с наибольшим количеством баллов.

10 лучших результатов (самые дальние проныры) среди участников будут отмечены памятными медалями.

Начисление баллов

От 1 до 5 метров	1 балл
От 5 до 10 метров	3 балла
От 10 до 15 метров	5 баллов
От 15 до 20 метров	7 баллов
От 20 до 25 метров	9 баллов
Касание противоположного бортика бассейна	15 баллов
От 26 до 30 метров	17 баллов
От 30 до 35 метров	19 баллов
От 35 до 40 метров	21 баллов
От 40 до 45 метров	23 баллов
От 45 до 50 метров	25 балл
Касание бортика бассейна (прохождение максимально возможной дистанции – 50 метров)	30 баллов

