

---

**REGULAMIN MISTRZOSTW POLSKI  
W RATOWNICTWIE WODNYM  
2016-2017**

---

**ZASADY OGÓLNE**

## **1. ORGANIZACJA I PRZEPROWADZENIE ZAWODÓW**

- 1.1. Mistrzostwa Polski w Ratownictwie Wodnym (MP) organizuje jednostka Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego po przyznaniu jej do tego prawa przez Zarząd Główny WOPR i Komisje WOPR ds. Sportu.
- 1.2. Jednostka WOPR powołuje Komitet Organizacyjny MP.

## **2. ZDOLNOŚĆ DO UCZESTNICTWA**

- 2.1. Do udziału w MP drużyny żeńskie i męskie mogą być zgłaszane przez jednostki terenowe i wojewódzkie WOPR. Zgłoszenie drużyny następuje poprzez przesłanie odpowiedniego formularza zgłoszeniowego do organizatora zawodów w wyznaczonym terminie. Drużyny mają obowiązek reprezentowania jednostek Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego.
- 2.2. Uczestnicy MP zgłaszają się do sekretariatu z legitymacją WOPR z wpisem stwierdzającym opłacenie składki członkowskiej i poświadczeniem zgody na start w zawodach podpisaną przez osobę pełnoletnią biorącą odpowiedzialność za udział osoby niepełnoletniej, lub przez pełnoletniego zawodnika. Podpisana zgoda jest równoznaczna oświadczeniem o stanie zdrowia umożliwiającym start w zawodach oraz o zapoznaniu się z regulaminem MP.
- 2.3. W MP mogą uczestniczyć członkowie WOPR lub inni zawodnicy dopuszczeni przez Komisję WOPR ds. Sportu.
- 2.4. W MP mogą brać udział drużyny zagraniczne.
- 2.5. Sędziowie MP nie mogą startować w MP jako zawodnicy oraz pełnić funkcji kierowników drużyn.
- 2.6. Drużyny narodowe zgłaszane są poprzez biuro Zarządu Głównego WOPR z deklaracją spełniania przez zawodników kryteriów dopuszczających do uczestnictwa w MP. Zgłoszenie drużyny dokonuje się poprzez przesłanie właściwego formularza zgłoszeniowego do organizatora zawodów.

## **3. ZAWODNICY I ZAWODNICZKI**

- 3.1. Drużyna nie posiadająca pełnego składu, będzie brała udział odpowiednio w męskich lub żeńskich konkurencjach (nie jest obowiązkowe wystawienie obydwu ekip: męskiej i żeńskiej jako członków drużyny).
- 3.2. Słowa zawarte w tym regulaminie oznaczające płęć męską (jego, on, zawodnik itp.) obejmują również kobiety.
- 3.3. Udział w MP mogą brać zawodnicy, którzy mają ukończone 12 lat w roku zawodów. Osoby niepełnoletnie muszą posiadać pisemną zgodę na udział w zawodach, prawnego opiekuna.

3.4 Podczas MP prowadzona będzie klasyfikacja indywidualna w czterech kategoriach wiekowych:

- w kategorii MŁODZIKÓW (12-13 lat ukończonych w roku rozgrywania zawodów)
- w kategorii JUNIORÓW MŁODSZYCH (14-15 lat ukończonych w roku rozgrywania zawodów),
- w kategorii JUNIORÓW (16-18 lat ukończonych w roku rozgrywania zawodów),
- w kategorii OPEN

3.5 W konkurencjach sztafetowych prowadzona będzie klasyfikacja OPEN,

3.6 Zgodnie z zaleceniami ILSE, MP mają być wolne od dopingu z możliwością przeprowadzania testów antydopingowych podczas wszystkich konkurencji.

#### 4. STRÓJ DRUŻYNOWY/STRÓJ DO ZAWODÓW

4.1. Wszyscy zawodnicy muszą nosić kąpielówki lub kostiumy zgodnie ze standardami zatwierdzonymi przez ILSE.

4.2. Zawodnik noszący kostium uważany za niewłaściwy nie zostanie dopuszczony do startu. Zawodnik lub drużyna zostanie wykluczona z zawodów, jeśli nie będzie stosownie ubrana.

4.3. Na życzenie organizatorów zawodnicy powinni nosić strój wyznaczony i dostarczony przez Komitet Organizacyjny.

4.4. Każdy zawodnik jak i drużyna powinna być ubrana stosownie podczas ceremonii otwarcia, wręczenia nagród i zamknięcia zawodów.

4.5. Kierownicy drużyn, trenerzy i pomocnicy powinni brać udział w ceremoniach i nosić ubrania identyfikujące ich z drużyną.

4.6. Do startów w konkurencjach dopuszczeni będą zawodnicy, których stroje startowe spełniają wymogi ILS, przedstawione poniżej:

NIEDOPUSZCZONE DO STARTÓW STARTOWE STROJE MĘSKIE			DOPUSZCZONE DO STARTÓW STARTOWE STROJE MĘSKIE		
					
NIEDOPUSZCZONE DO STARTÓW STARTOWE STROJE ŻEŃSKIE			DOPUSZCZONE DO STARTÓW STARTOWE STROJE ŻEŃSKIE		
					

## **5. NAGRODY I TROFEA**

- 5.1. MP są zawodami gdzie przeprowadzona zostanie klasyfikacja indywidualna i drużynowa, z nagrodami wręczanymi pierwszym trzem zawodnikom i drużynom według punktacji Mistrzostw, spełniającym wszystkie warunki.
- 5.2. Zwycięzcy klasyfikacji generalnej MP zostaną uznani Indywidualnymi Mistrzami Polski w Ratownictwie Wodnym lub w przypadku drużyn: Drużynowymi Mistrzami Polski w Ratownictwie Wodnym.
- 5.3. Wyróżnione zostaną trzy pierwsze drużyny żeńskie i męskie.
- 5.4. Trzech pierwszych zawodników w każdej z kategorii wiekowej oraz trzy pierwsze sztafety w kategorii OPEN MP otrzymają medale.
- 5.5. Trzech pierwszych zawodników, którzy zajmą najwyższe miejsca w punktacji generalnej Mistrzostw, w kategorii kobiet jak i mężczyzn, z podziałem na kategorie wiekowe otrzymają puchary.
- 5.6. Zwycięzcy poszczególnych konkurencji oraz sztafet zostaną uznani Indywidualnymi Mistrzami Polski w Ratownictwie Wodnym, odpowiednio w danej konkurencji.

## **6. OPŁATY ZA UDZIAŁ W ZAWODACH**

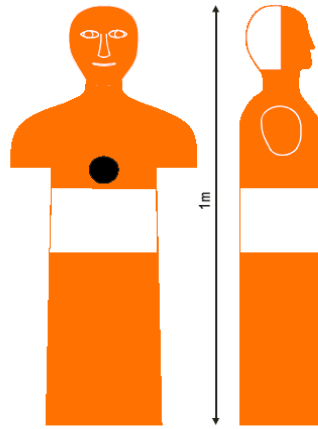
- 6.1. Koszty udziału i startu w Mistrzostwach Polski określa Organizator.
- 6.2. Opłaty za zakwaterowanie i wyżywienie opłaca z własnych środków startująca drużyna. Organizator może udzielić pomocy w zakwaterowaniu i wyżywieniu zawodników.
- 6.3. Organizator może dokonać w całości lub części opłat za pobyt i zakwaterowanie po uprzednim poinformowaniu uczestników.

## **7. INFORMACJE OGÓLNE**

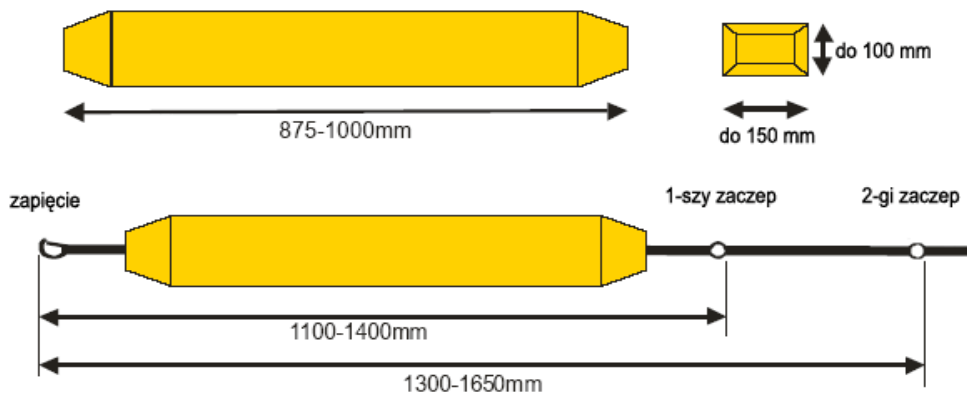
- 7.1. Podczas MP wykorzystany będzie sprzęt zatwierdzony przez Komisję WOPR ds. Sportu w porozumieniu z Sędzią Głównym zawodów.
- 7.2. Wnioski w sprawach organizacji MP można składać na adres: mail: sport@wopr.pl lub Komisja Sportu WOPR, ul. Pytlasińskiego 17, 00-777 Warszawa.

## **8. PŁYWALNIA ORAZ SPRZĘT**

- 8.1. MP odbywają się na 50-cio (LMP) lub 25-cio (ZMP) metrowej pływalni. Dopuszcza się w wyjątkowych sytuacjach rozegranie LMP i ZMP wymiennie na pływalniach obydwu długości.
- 8.2. Minimalna głębokość to 1,30m, maksymalna głębokość to 3,00m.
- 8.3. Na MP zostaną zastosowane hermetyczne manekiny plastikowe typu PITET o wysokości 1m, zapewnia organizator MP.



8.4 Pasy ratownicze typu „węgorz” spełniające wymagania ILSE o wymiarach podanych na rysunku, zapewnia organizator MP.



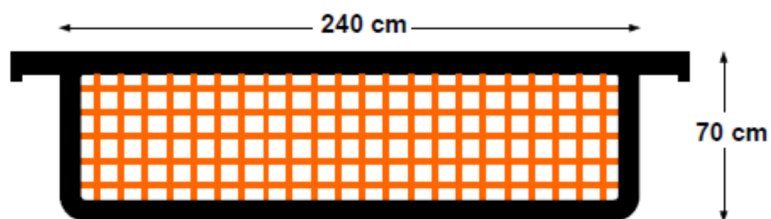
8.5. Lina pleciona prężna, nie tonąca o długości w przedziale od 16,5m do 17,5m (wszystkie liny muszą mieć jednakową długość) i o grubości 8mm, z tolerancją 1mm, spełniająca wymagania ILSE, zapewnia organizator MP.



8.6. Sprzęt do konkurencji S.E.R.C., zapewnia organizator MP.

8.7. Zabrania się startu zawodników wykorzystujących własny sprzęt (manekin, pas itp.) bez wcześniejszego zgłoszenia tego faktu Sędziemu Głównemu. Sędzia Główny może odmówić możliwości startu na sprzęcie zaproponowanym przez Zawodnika lub Kierownika danej drużyny.

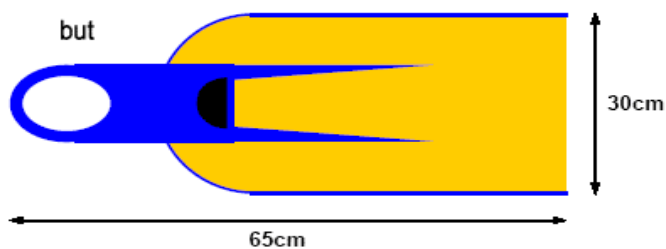
8.8. Przeszkody używane podczas konkurencji na pływalni mają rozmiar 70cm wysokości oraz 240 cm szerokości i nie posiadają elementów niebezpiecznych. Przeszkody mają wewnętrzną część ramy z siatki, która uniemożliwi przepłynięcie przezeń zawodnikowi, z widoczną górną krawędzią przeszkody umiejscowioną na linii powierzchni wody.



## 9. SPRZĘT WŁASNY

9.1. Każda zawodnik jak i drużyna musi dysponować własnymi płetwami.

9.2. Para płetw używana w zawodach musi posiadać całkowitą długość łącznie z "butem" lub paskiem na pięcie (regulowanym paskiem na pięcie) do 0,65m oraz największą szerokość do 0,30m.



9.3. Płetwy mierzone są na nogach zawodnika bądź w specjalnie do tego przygotowanych miarkach.

9.4. Płetwy nie zostaną dopuszczone do użytkowania, jeśli nie spełniają wymogów podanego wyżej rozmiaru lub stanowią zagrożenie bezpieczeństwa.

## 10. WARUNKI ZAWODÓW

10.1. Kierownicy drużyn i zawodnicy odpowiedzialni są za zaznajomienie się z programem zawodów oraz przepisami i regulaminem dotyczącymi poszczególnych konkurencji.

10.2. Zawodnicy zgłaszają się punktualnie w wyznaczonym miejscu zbiórki przed rozpoczęciem każdej konkurencji.

10.3. Podstawianie lub wykorzystywanie nieautoryzowanych zawodników będzie skutkować dyskwalifikacją drużyny lub zawodnika.

10.4. Spóźnieni na miejsce zbiórki zawodnicy nie będą dopuszczeni do konkurencji.

10.5. Uczestnicy MP nie biorący udziału w konkurencji muszą opuścić wyznaczone miejsce jej rozgrywania.

- 10.6. Zawodnicy zobowiązani są stosować się do przepisów regulaminu MP, a ich naruszenie będzie zgłaszane Sędziemu Głównemu, który podejmie odpowiednie działania.
- 10.7. Wszystkie osoby nie biorące udziału w konkurencji nie mogą dyktować tempa zawodnikowi startującemu w danej konkurencji, nie mogą utrudniać pracy i wpływać na decyzje sędziowskie.
- 10.8. Jeśli nastąpi odwołanie konkurencji, nawet po przeprowadzeniu kilku biegów, żadne punkty nie zostaną przyznane żadnemu zawodnikowi ani żadnej drużynie w punktacji ogólnej MP.
- 10.9. Komitet Organizacyjny MP w porozumieniu z Sędzią Głównym zastrzega sobie prawo do usunięcia lub zmiany kryteriów zawodów i programu oraz ogłaszania i publikacji komunikatów w języku polskim na oficjalnej tablicy, której umiejscowienie podane zostanie na odprawie kierowników drużyn.

## **11. UDZIAŁ DRUŻYN**

- 11.1. Drużyny rejestrują się przed zawodami w czasie i miejscu rejestracji podanym w komunikacie przez organizatora MP.
- 11.2. Każdy zawodnik drużyny startuje w dowolnej ilości konkurencji odpowiadającej jego kategorii wiekowej.
- 11.3. W trakcie MP drużyny przemieszczają się we własnym zakresie.
- 11.4. Każde działanie podjęte przez drużynę próbujące przeszkodzić lub zaszkodzić innej drużynie będzie traktowane jako złamanie przepisów.
- 11.5. Niewłaściwe zachowanie się uczestników drużyny lub jej pomocników w trakcie MP może być podstawą dyskwalifikacji i niedopuszczenia do następnych konkurencji.
- 11.6. Jeżeli drużyna popełni poważne wykroczenie dyscyplinarne, powinna natychmiast skontaktować się z Komitetem Organizacyjnym Zawodów i wyjaśnić szczegóły zajścia.
- 11.7. Komitet Organizacyjny Zawodów jest upoważniony do dyskwalifikacji drużyny startującej w Mistrzostwach, której zawodnicy złamali przepisy.
- 11.8. Zawodnik lub drużyna, która nie stawi się na konkurencję w odpowiednim czasie lub odejdzie z miejsca zbiórki przed startem nie zostanie dopuszczona do startu w tej konkurencji i nie otrzyma za nią punktów.
- 11.9. Udział zawodników w ceremonii otwarcia i zamknięcia zawodów jest obowiązkowy. Nie wzięcie udziału w ceremonii otwarcia i zamknięcia będzie traktowane jako złamanie przepisów niniejszego regulaminu i może oznaczać dyskwalifikację dla całej drużyny.
- 11.10. Nie należy stosować podczas MP sztucznego napędu lub wspomagania (opaski łopatki, skafandry z rękawami itp.), z wyłączeniem przewidzianych dla danej konkurencji.

*Uwaga: Dla celów stosowania ogólnych zasad, definicja „drużyna” obejmuje obecnych zawodników, trenerów, pomocników, kibiców i inne osoby podróżujące z drużyną.*

## **12. NOMINACJE I ZASTĘPOWANIE ZAWODNIKÓW**

- 12.1. Formularz zgłoszeniowy Mistrzostw stanowi warunek włączenia indywidualnych nazwisk członków drużyn do listy zawodników.
- 12.2. Zmiany lub zwiększenie liczby członków składu zgłasza na piśmie (ponowne wypełnienie formularza zgłoszeniowego) wyłącznie kierownik drużyny właściwemu członkowi Komitetu Organizacyjnego MP, najpóźniej dwie godziny przed pierwszą punktowaną konkurencją, w której drużyna startuje.
- 12.3. Po czasie określonym w punkcie 12.2 nie można wprowadzać zmian w składzie drużyny, poza wycofaniem zawodnika bez możliwości zastąpienia go innym zawodnikiem, który spełnia określone wymogi.

## **13. SĘDZIOWIE I UCZESTNICTWO DZIAŁACZY**

- 13.1. Sędziowie zobowiązani są do uczestniczenia w odpowiednich odprawach.
- 13.2. Organizator i Sędzia Główny MP ponoszą odpowiedzialność za przebieg i zakończenie zawodów, w tym odprawy działaczy, spotkania z kierownikami drużyn, kompilacji punktacji i ogłaszania wyników.
- 13.3. Sędzia Główny jest upoważniony do dokonywania zmian uważanych za konieczne w celu zapewnienia bezpieczeństwa i porządku, w tym harmonogramu, a także należytego informowania za pośrednictwem spikera, oficjalnych biuletynów i odpraw.
- 13.4. Wygląd i zachowanie działaczy ma odpowiadać powszechnie przyjętym standardom.

## **14. KODEKS POSTĘPOWANIA**

- 14.1. Uczestnicy Mistrzostw powinni uważać zawody i ceremonie za ważne publiczne wydarzenia w celu kreowania pozytywnego publicznego wizerunku WOPR.
- 14.2. Mistrzostwa otrzymują poparcie od rządu, samorządów, organizacji pozarządowych, przedsiębiorstw i społeczeństwa.
- 14.3. Niewłaściwe zachowanie będzie karane od pouczenia poprzez upomnienie, dyskwalifikację do wydalenia z zawodów poszczególnych uczestników i drużyn.
- 14.4. Działania skutkujące rozmyślnym wyrządzaniem szkód w miejscu zawodów, w miejscach zamieszkania lub niszczeniem cudzej własności oprócz odpowiedzialności cywilnej będą karane dyskwalifikacją zawodników lub drużyn (zawodników, trenerów, pomocników, kibiców i inne osoby podróżujące z drużyną) za to odpowiedzialnych.
- 14.5. Lżenie działaczy lub innych zawodników może skutkować dyskwalifikacją z zawodów.
- 14.6. Wymaga się od zawodników, działaczy i ogólnie wszystkich uczestników MP postępowania na najwyższym poziomie.
- 14.7. Organizator Mistrzostw może nakładać kary na indywidualnych członków drużyny lub na całe drużyny.



## **15. SPORY, PROTESTY I ODWOŁANIA**

- 15.1. Protesty i odwołania od decyzji sędziów mogą być składane (w formie pisemnej) jedynie przez Kapitanów lub Kierowników drużyn do Komisji Odwoławczej (KO).
- 15.2. Protesty dotyczące warunków rozgrywania konkurencji mogą być składane ustnie przed rozpoczęciem danego biegu lub danej konkurencji Sędziemu Głównemu zawodów lub osobie przez niego nominowanej.
- 15.3. Inne niż wymienione w punkcie 15.2 protesty oraz odwołania od decyzji sędziów muszą być składane w formie pisemnej w ciągu 30 minut od publikacji wyników oprotestowanej konkurencji lub oprotestowanego wyniku.
- 15.4. Każdy protest podlega kaucji w wysokości 100,- PLN. W przypadku uwzględnienia protestu kwota 100,- PLN zostanie w całości zwrócona składającemu protest. W przypadku nie uwzględnienia protestu kwota 100,- PLN nie jest zwracana składającemu protest i wpływa na konto organizatora MP.
- 15.5. Wszystkie protesty i odwołania od decyzji sędziów zostaną rozpatrzone i mogą być, stosownie do okoliczności, odrzucone (braki formalne), oddalone (bezzasadne) lub uznane (zasadne).
- 15.6. Wynik protestu i odwołania od decyzji sędziów powinien być oficjalnie ogłoszony i zamieszczony w komunikacie końcowym lub karcie startowej.
- 15.7. Procedura rozstrzygania protestów i odwołań od decyzji sędziów:
  - Bezzwłocznie po prawidłowym złożeniu protestu lub odwołania od decyzji sędziów, Komisja Odwoławcza może rozstrzygnąć przedłożoną sprawę na miejscu.
  - Oficjalne ogłoszenie wyników zostanie wstrzymane do momentu rozpatrzenia wszystkich protestów oraz odwołań mogących mieć wpływ na wyniki danej konkurencji.
  - Komisja Odwoławcza (KO) jest związana przekazaniem jej protestu lub odwołania od decyzji sędziów i musi rozpatrzyć omawiany protest i odwołanie się od niego.
- 15.8. Wykorzystanie zapisu wideo musi precyzyjnie pokazywać i bezdyskusyjnie przekonywać skład KO o braku wystąpienia przewinienia, którego dotyczy protest. Nagranie powinno przedstawiać cały wyścig na którym popełniono złamanie przepisów regulaminu MP.
- 15.9. Komisja Odwoławcza składa się z 3 osób. Skład KO będzie podany do ogólnej wiadomości w komunikacie organizacyjnym Mistrzostw lub na odprawie kierowników drużyn.
- 15.10. Skład KO ustala Komisja WOPR ds. Sportu.
- 15.11. KO zabiera głos tylko i wyłącznie w przypadku protestów kwestionujących decyzję Sędziego Głównego lub sędziów nominowanych oraz w przypadku odesłania przez Sędziego Głównego przedłożonej do rozstrzygnięcia sprawy.

## 16. PRYZNAWANIE PUNKTÓW

- 16.1. Obliczanie punktów za każdą konkurencję przeprowadzoną w ramach MP odbywa się poprzez przeliczenie uzyskanego przez zawodnika miejsca w danej konkurencji na odpowiednią wartość punktową.
- 16.2. Na wynik końcowy zawodnika w kategorii JUNIOR i OPEN złożą się suma 5 najlepszych indywidualnych wyników zawodnika wybranych z 6 indywidualnych konkurencji, przeliczonych wg ustalonych zasad.
- 16.3. Na wynik końcowy zawodnika w kategorii JUNIOR MŁODSZY złożą się suma 4 indywidualnych wyników zawodnika z 5 rozegranych konkurencji, przeliczonych wg ustalonych zasad.
- 16.4. Na wynik końcowy zawodnika w kategorii MŁODZIK złożą się suma 3 indywidualnych wyników zawodnika z 4 rozegranych konkurencji, przeliczonych wg ustalonych zasad.
- 16.5. Punkty przyznawane będą w każdej konkurencji indywidualnej wg poniższego klucza:

### Kategoria MŁODZIK:

1 miejsce – 10 punktów	5 miejsce – 4 punkty
2 miejsce – 8 punktów	6 miejsce – 3 punkty
3 miejsce – 6 punktów	7 miejsce – 2 punkty
4 miejsce – 5 punktów	8 miejsce – 1 punkt

### Kategoria JUNIOR MŁODSZY:

1 miejsce – 20 punktów	9 miejsce – 8 punktów
2 miejsce – 18 punktów	10 miejsce – 7 punktów
3 miejsce – 16 punktów	11 miejsce – 6 punktów
4 miejsce – 13 punktów	12 miejsce – 5 punktów
5 miejsce – 12 punktów	13 miejsce – 4 punkty
6 miejsce – 11 punktów	14 miejsce – 3 punkty
7 miejsce – 10 punktów	15 miejsce – 2 punkty
8 miejsce – 9 punktów	16 miejsce – 1 punkt

### Kategoria JUNIOR

Zawodnicy w tej kategorii wiekowej klasyfikowani są na podstawie punktów uzyskanych z kategorii OPEN.

Kategoria OPEN i biegi sztafetowe:

1 miejsce – 30 punktów	14 miejsce – 13 punktów
2 miejsce – 28 punktów	15 miejsce – 12 punktów
3 miejsce – 26 punktów	16 miejsce – 11 punktów
4 miejsce – 23 punktów	17 miejsce – 10 punktów
5 miejsce – 22 punktów	18 miejsce – 9 punktów
6 miejsce – 21 punktów	19 miejsce – 8 punktów
7 miejsce – 20 punktów	20 miejsce – 7 punktów
8 miejsce – 19 punktów	21 miejsce – 6 punktów
9 miejsce – 18 punktów	22 miejsce – 5 punktów
10 miejsce – 17 punktów	23 miejsce – 4 punkty
11 miejsce – 16 punktów	24 miejsce – 3 punkty
12 miejsce – 15 punktów	25 miejsce – 2 punkty
13 miejsce – 14 punktów	26 miejsce – 1 punkt

W przypadku uzyskania jednakowego czasu zawodnicy otrzymują równą liczbę punktów przypadającą określonej pozycji. Zawodnicy z następnych pozycji uzyskują punkty wg kolejności zajętych miejsc.

- 16.6. Na wynik końcowy drużyny męskiej/żeńskej złożą się suma wyników końcowych poszczególnych zawodników będących członkami tej drużyny (męskiej lub żeńskiej), przy czym punktuje maksymalnie siedmiu zawodników z najlepszymi wynikami klasyfikacji generalnej, w tym: minimum 1 zawodnik kategorii MŁODZIK z najlepszym wynikiem, minimum 2 zawodników kategorii JUNIOR MŁODSZY z najlepszymi wynikami. Dodatkowo wynik najlepszego zespołu żeńskiego/męskiego w konkurencjach: 4x25m sztafeta holowanie manekina, 4x50m sztafeta z pasem ratowniczym węgorz oraz rzut liną, po przeliczeniu wg ustalonych zasad na punkty i pomnożeniu przez dwa, będzie zaliczony do wyniku końcowego drużyny męskiej bądź żeńskiej.
- 16.7. W przypadku, gdy drużyna męska/żeńska nie będzie posiadała zawodników w kategoriach MŁODZIK i JUNIOR MŁODSZY do klasyfikacji drużynowej punktować będzie tylko maksymalnie 4 zawodników z najlepszymi wynikami.
- 16.8. Na wynik końcowy całej drużyny w klasyfikacji generalnej MP złożą się suma wyników końcowych drużyny męskiej i żeńskiej.
- 16.9. Klasyfikacja konkurencji drużynowych prowadzona jest z uwzględnieniem każdego startującego zespołu danej drużyny, natomiast punkty klasyfikacji generalnej przyznawane są wyłącznie jednemu zespołowi z drużyny sklasyfikowanemu wyżej.
- 16.10. Jeżeli indywidualny zawodnik zostanie zdyskwalifikowany w danej konkurencji nie będzie mógł otrzymać żadnych punktów za zdobyte miejsce w tej konkurencji.

16.11. Jeżeli zespół z drużyny zostanie zdyskwalifikowany w danej konkurencji nie będzie mógł otrzymać żadnych punktów za zdobyte miejsca w tej konkurencji.

16.12. W przypadku remisu (uzyskania jednakowej liczby punktów) w klasyfikacji końcowej o zajętych miejscach przez zawodnika lub daną drużynę będzie decydowała liczba zajętych wyższych miejsc, a rozstrzygnięcie nastąpi przy użyciu następującego systemu: najwięcej 1 miejsc, najwięcej 2 miejsc, najwięcej 3 miejsc itd.

## **17. KONKURENCJE**

17.1. Konkurencje indywidualne kategorii JUNIOR i OPEN:

- 50m ratowanie manekina – dowolna ilość startujących zawodników
- 100m ratownik - dowolna ilość startujących zawodników
- 100m ratowanie kombinowane – dowolna ilość startujących zawodników
- 100m ratowanie manekina w płetwach – dowolna ilość startujących zawodników
- 200m super ratownik – dowolna ilość startujących zawodników
- 200m pływanie z przeszkodami – dowolna ilość startujących zawodników

17.2. Konkurencje indywidualne w kategorii JUNIOR MŁODSZY:

- 50m ratowanie manekina – dowolna ilość startujących zawodników
- 100m ratownik – dowolna ilość startujących zawodników
- 100m ratowanie kombinowane – dowolna ilość startujących zawodników
- 100m ratowanie manekina w płetwach – dowolna ilość startujących zawodników
- 100m pływanie z przeszkodami – dowolna ilość startujących zawodników

17.3. Konkurencje indywidualne w kategorii MŁODZIK:

- 50m ratowanie manekina – dowolna ilość startujących zawodników
- 100m ratownik – dowolna ilość startujących zawodników
- 100m ratowanie manekina w płetwach – dowolna ilość startujących zawodników
- 100m pływanie z przeszkodami – dowolna ilość startujących zawodników

17.4. Konkurencje drużynowe:

- 4 x 25m sztafeta holowanie manekina – dowolna ilość startujących zespołów
- 4 x 50m sztafeta z pasem ratowniczym węgorz – dowolna ilość startujących zespołów
- 4 x 50m pływanie z przeszkodami – dowolna ilość startujących zespołów
- Rzut liną – dowolna ilość startujących zespołów
- Symulowana Akcja Ratownicza S.E.R.C.

## 18. PROCEDURA STARTOWA

- 18.1. Na sygnał dźwiękowy (długi gwizdek) Sędziego Głównego lub osoby przezeń nominowanej zawodnicy zajmują miejsca na słupku startowym lub w innej pozycji określonej w opisie konkurencji; Sędzia Główny (lub osoba nominowana) daje znak starterowi do wydania komendy i sygnału startu; na komendę startera: „na miejsca” zawodnicy niezwłocznie przyjmują pozycję startową, gdy wszyscy znieruchomieją starter daje dźwiękowy sygnał do startu.
- 18.2. Falstart jest jednoznaczny z dyskwalifikacją zawodnika; wyścig nie zostaje zatrzymany, a zawodnik zostaje poinformowany o dyskwalifikacji po zakończeniu wyścigu (reguła jednego startu).
- 18.3. Jeżeli Sędzia Główny lub Starter (lub osoba nominowana) zdecydował, że nastąpił falstart techniczny, odgwizdzą go, po czym procedura startowa zostanie powtórzona.
- 18.4. Jeżeli z powodu błędu sędziego nastąpi błąd zawodnika, zawodnik nie zostanie zdyskwalifikowany.

*Uwaga: Elektroniczny pomiar czasu będzie wykorzystywany do określenia zwycięzcy, wszystkie miejsca i czasy zawodników odnosić się będą do każdego toru. Wyniki będą rejestrowane z dokładnością do 1/100 sekundy. Zainstalowany sprzęt do pomiaru czasu nie może przeszkadzać zawodnikom w starcie ani nawrotach. Miejsca i czas uzyskane w ten sposób będą miały pierwszeństwo przed decyzjami sędziów oraz sędziów mierzących czas. W przypadku awarii systemu elektronicznego lub w przypadku zauważenia wady tego systemu, a także, gdy zawodnik nie uruchomił systemu, za oficjalne uważa się decyzje sędziów i czas mierzony stoperami ręcznymi. Tablice końcowe, pomiaru i wydruku wyników są zgodne z używanymi przez Międzynarodową Federację Pływacką (FINA). Dodatkowo do elektronicznego pomiaru czasu przewidziany jest, co najmniej jeden sędzia mierzący czas na jeden tor. Ręczny pomiar czasu zawodnika dokonywany jest przez co najmniej jednego sędziego. Stopery są włączane na sygnał startowy i zatrzymywane, gdy zawodnik dotknie (w sposób widoczny dla sędziego) ściany końcowej częścią ciała. Jeśli czas mierzony jest przez dwóch sędziów, średnia z tych dwóch czasów będzie stanowić wynik uzyskany przez zawodnika. Jeżeli jeden z dwóch stoperów nie zadziała, za oficjalny czas przyjmuje się czas zmierzony przez drugi działający stoper. Przyznawanie miejsc - jeżeli w danym biegu kolejność zawodników wyznaczona przez sędziów celowniczych nie jest zgodna z wynikami zmierzonymi przez sędziów mierzących czas, sędziowie celowniczy rozstrzygną kolejność miejsc na mecie. Zawodnikom przyznaje się ten sam czas, który uzyskuje się przez dodanie obydwu czasów do siebie i podzieleniu przez dwa.*

## **19. REKORDY POLSKI**

- 19.1 Rekordy Polski notowane są oddzielnie na pływalniach 25-cio i 50-cio metrowych, spełniające wymagania regulujące przebieg konkurencji
- 19.2 Rekordy Polski muszą być uzyskane w zawodach ze startu wspólnego lub indywidualnych wyścigach z czasem, przeprowadzanych publicznie z automatyczną aparaturą pomiarową lub półautomatyczną w przypadku niezadziałania automatycznej.
- 19.3 Indywidualne Rekordy Polski ustalane są w czterech kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn: MŁODZIK, JUNIOR MŁODSZY, JUNIOR i OPEN.
- 19.4 Rekordy Polski w wyścigach sztafetowych ustalane są w dwóch kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn: JUNIOR i OPEN. Zespół sztafetowy złożona z zawodników różnych roczników może ustanowić rekord w kategorii wiekowej najstarszego zawodnika.
- 19.5 Rekordy Polski w wyścigach sztafetowych mogą być ustanawiane w relacji reprezentacji Polski i zespołów klubowych.
- 19.6 Organem zatwierdzającym Rekordy Polski jest Komisja WOPR ds. Sportu

## **20. SPOSOBY TRZYMANIA I HOLOWANIA MANEKINA**

- 20.1. Manekin musi być holowany, a nie pchany.
- 20.2. Twarz manekina musi znajdować się przy powierzchni wody twarzą do góry.
- 20.3. Dopuszczalne jest holowanie manekina z twarzą całkowicie zanurzoną, jednak ruchy pionowe manekina w dół, będą traktowane jako topienie manekina.
- 20.4. Manekina należy trzymać przynajmniej jedną ręką.
- 20.5. Manekina nie wolno trzymać za szyję, usta lub nos.
- 20.6. Manekin nie może być holowany za korek.
- 20.7. Dopuszcza się chwyt za brodę.
- 20.8. Nie wolno stracić kontaktu z manekinem, aż do chwili dotknięcia końcowej ściany.
- 20.9. Zawodnik może odbić się od dna pływalni jeżeli warunki konkurencji na to pozwalają.

# OPIS KONKURENCJI

## PŁYWALNIA 50 METROWA

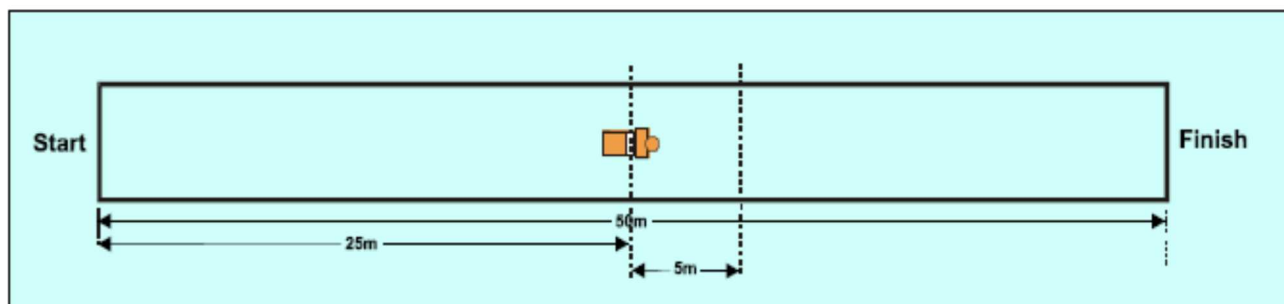
### 50M RATOWANIE MANEKINA

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i płynie stylem dowolnym do manekina, który ułożony jest na 25 metrze pływalni. Następnie zawodnik podejmuje manekina z dna pływalni, wyciąga go na powierzchnię w odległości nie większej niż 5m od linii, na której manekin był ułożony i holuje go do mety. Przed podjęciem manekina zawodnik musi wynurzyć się na powierzchnię.

*Uwaga 1: Zawodnik może odbić się od dna podczas wyciągania manekina na powierzchnię wody.*

*Uwaga 2: Manekin ma być holowany co najmniej jedną ręką i musi znajdować się w prawidłowej pozycji holowniczej zanim jego głowa przekroczy linię 5m.*

### SCHEMAT KONKURENCJI



### SPRZĘT

Manekin - patrz punkt 8.3 zasad ogólnych regulaminu MP

Manekin podczas konkurencji ma być zakorkowany i całkowicie wypełniony wodą.

Ułożenie manekina:

- Głębokość: manekin musi zostać ułożony na głębokości od 1,30m do 3,00m.
- Jeżeli głębokość wody przekracza 3m, manekin musi zostać ułożony na platformie na przepisowej głębokości.
- Manekin leży na plecach z głową zwróconą w kierunku mety.
- Manekin ułożony jest w ten sposób, że górna część białego paska na korpusie manekina znajduje się dokładnie na 25 metrze.

## DYSKWALIFIKACJE

- Falstart.
- Brak wynurzenia się zawodnika na powierzchnię wody przed podjęciem manekina.
- Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp. podczas wyciągania manekina.
- Brak prawidłowej pozycji holowniczej za linią 5m (liczone od czubka głowy).
- Używanie nieprawidłowej techniki holowania, jak to opisano w pkt. 20.
- Puszczanie manekina przed dotknięciem ściany mety.
- Inne.

## 100M RATOWNIK

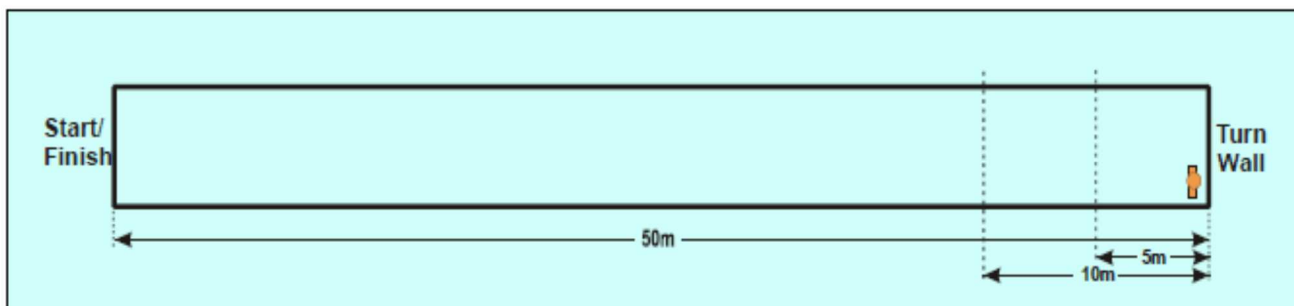
Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa 50m stylem dowolnym w płetwach i z pasem ratowniczym „węgorz”. Po dotknięciu ściany nawrotowej zawodnik musi założyć pas ratowniczy wokół i pod ramionami manekina w strefie nie przekraczającej 5m od ściany basenu (decyduje czubek głowy manekina), a następnie w strefie do 10m rozpoczyna holowanie manekina maksymalnie rozciągając linę pasa ratowniczego. Następnie zawodnik holuje manekina do ściany mety. Zawodnik musi holować manekina na linii maksymalnie rozciągniętej używając pasa ratowniczego, zawodnik nie może przytrzymywać manekina z wyłączeniem strefy nawrotowej w której zakłada pas ratowniczy na manekina.

*Uwaga 1: Jeśli po starcie zawodnik zgubi jedną lub obie płetwy, może nadal kontynuować konkurencję. Zawodnik może odszukać płetwę (lub płetwy). Zawodnikowi nie wolno wystartować w innym biegu.*

*Uwaga 2: Jeśli podczas zawodów, zgodnie z opinią Sędziego Głównego (lub osoby przez niego nominowanej), pas ratowniczy, lina i/lub pas wykażą defekt techniczny, Sędzia Główny może zezwolić zawodnikowi na powtórzenie wyścigu.*

*Uwaga 3: Zawodnik przed startem do konkurencji może w dowolny sposób założyć szarfę pasa ratowniczego wokół własnych ramion.*

## SCHEMAT KONKURENCJI





## SPRZĘT

Manekin - patrz punkt 8.3 zasad ogólnych regulaminu MP

Ułożenie manekina:

Przygotowanie: Manekin zostanie wypełniony wodą w taki sposób, aby pływał, a poziom wody sięgał górnej krawędzi linii poprzecznej na jego korpusie.

Położenie: Przed rozpoczęciem konkurencji manekin zostanie ustawiony, przez osobę trzymającą go, pionowo i zwrócony twarzą do ściany nawrotowej.

*Uwaga 1: Osoba trzymająca manekina będzie członkiem tej samej drużyny co zawodnik, nie wolno jej przebywać w wodzie.*

*Uwaga 2: Osoba trzymająca manekina musi puścić manekina natychmiast po dotknięciu przez zawodnika ściany nawrotowej. Osoba trzymająca manekina nie może popychać manekina w kierunku zawodnika lub ściany nawrotowej.*

*Uwaga 3: Osoba trzymająca manekina powinna nosić jednakowy czepek jak zawodnik startujący w danej serii.*

Płetwy - patrz punkt 9 zasad ogólnych regulaminu MP

Pas ratowniczy - patrz punkt 8.4 zasad ogólnych regulaminu MP

## DYSKWALIFIKACJE

- Falstart.
- Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp. podczas zakładania pasa ratowniczego na manekina.
- Nieprawidłowe umocowanie pasa ratowniczego wokół manekina
- Nie zabezpieczenie pasa ratowniczego wokół manekina przed linią 5m.
- Nie rozciągnięcie liny pasa ratowniczego przed linią 10m.
- Pchanie manekina zamiast holowania.
- Nie utrzymywanie twarzy manekina w kierunku ku górze
- Dotknięcie ściany mety bez pasa ratowniczego i manekina ułożonych odpowiednio.
- Puszczenie pasa ratowniczego i/lub manekina przed dotknięciem ściany mety.
- Nie holowanie manekina na linie pasa ratowniczego w całości rozciągniętego jak to wyszczególniono w opisie konkurencji.
- Nie puszczenie przez osobę trzymającą manekina natychmiast po dotknięciu przez zawodnika ściany nawrotowej.
- Jeżeli osoba trzymająca manekina popchnie go w kierunku zawodnika.
- Zgubienie manekina podczas holowania.
- Inne

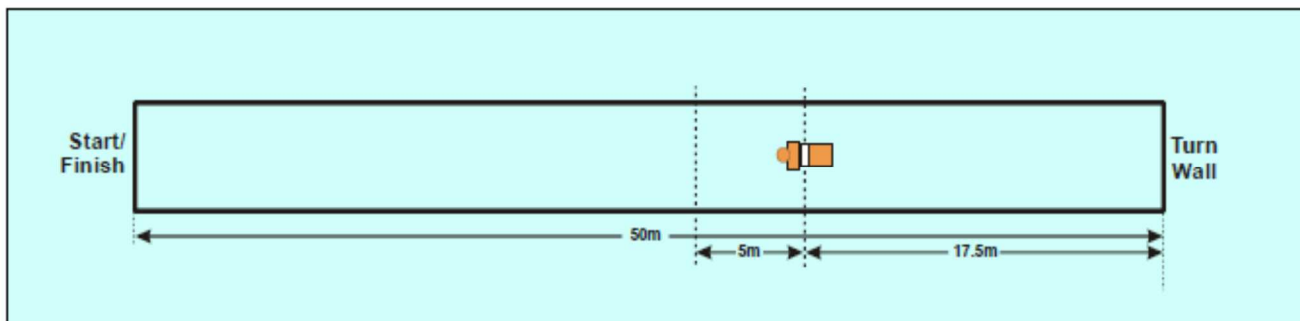
## 100M RATOWANIE KOMBINOWANE

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa 50m stylem dowolnym. Podczas nawrotu i tuż po nim zawodnik musi zanurkować i przepłynąć pod wodą do manekina, który jest umieszczony w odległości 17,5m od ściany nawrotowej (67,5m dystansu). Zawodnik nie może wziąć oddechu po odbiciu się od ściany nawrotowej. Po wyciągnięciu manekina w strefie pięciu 5 metrów, zawodnik holuje manekina przez pozostały dystans do ściany mety.

*Uwaga 1: Zawodnik może odbić się od dna podczas wyciągania manekina na powierzchnię wody, nie może chodzić po dnie pływalni.*

*Uwaga 2: Manekin ma być holowany co najmniej jedną ręką i musi znajdować się w prawidłowej pozycji holowniczej po przekroczeniu linii 5m po jego wyciągnięciu.*

### SCHEMAT KONKURENCJI



### SPRZĘT

Manekin - patrz punkt 8.3 zasad ogólnych regulaminu MP

Manekin ma być całkowicie wypełniony wodą i zakorkowany podczas konkurencji.

Ułożenie manekina:

- Głębokość: manekin musi zostać ułożony na głębokości od 1,30m do 3,00m.
- Jeżeli głębokość wody przekracza 3,00m, manekin musi zostać ułożony na platformie lub innej formie pomocniczej na przepisowej głębokości.

Kierunek: Poprzeczny pas pośrodku korpusu manekina musi znajdować się na linii 17,5m od ściany nawrotowej pływalni (67,5m dystansu). Manekin leży na plecach z głową zwróconą w kierunku mety.

### DYSKWALIFIKACJE

- Falstart.
- Jeśli zawodnik po odbiciu się od ściany nawrotowej wynurzy się przed podjęciem manekina (pomiędzy 50m, a 67,5m dystansu).
- Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych. Używanie nieprawidłowej techniki holowania, jak to opisano w pkt. 20.
- Puszczanie manekina przed dotknięciem ściany mety.

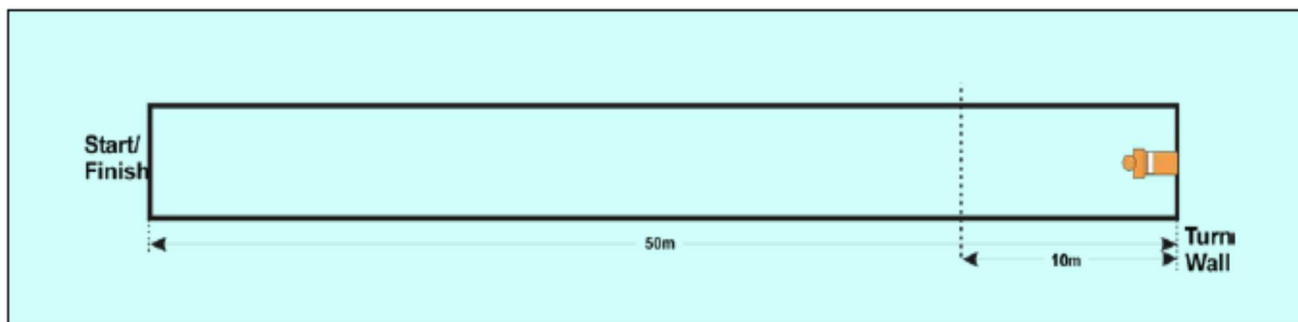
## 100M RATOWANIE MANEKINA W PŁETWACH

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i płynie stylem dowolnym w płetwach. Następnie zawodnik podejmuje manekina na 50m dystansu, wyciąga go na powierzchnię wody w odległości nie przekraczającej 10m od ściany nawrotowej i holuje go do mety (Przy podjęciu manekina zawodnik nie musi dotknąć ściany nawrotowej).

*Uwaga 1: Jeżeli, po starcie, zawodnik zgubi jedną lub obie płetwy, może nadal kontynuować konkurencję. Zawodnik może odszukać płetwę (lub płetwy). Zawodnikowi nie wolno wystartować w innym biegu.*

*Uwaga 2: Manekin ma być holowany co najmniej jedną ręką i musi znajdować się w prawidłowej pozycji holowniczej zanim jego głowa przekroczy linię 10m od ściany po jego wyciągnięciu.*

### SCHEMAT KONKURENCJI



### SPRZĘT

Manekin - patrz punkt 8.3 zasad ogólnych regulaminu MP

Manekin musi być całkowicie wypełniony wodą i zakorkowany podczas konkurencji.

Ułożenie manekina:

- Głębokość: manekin musi zostać ułożony na głębokości od 1,30m do 3,00m.
- Jeżeli głębokość wody przekracza 3,00m, manekin musi zostać ułożony na platformie (lub w inny podobny sposób) na przepisowej głębokości.
- Kierunek: manekin leży na plecach na dnie pływalni, platformie lub innej formie pomocniczej, dotykając korpusem do ściany, z głową zwróconą w kierunku mety.

Płetwy - patrz punkt 9 zasad ogólnych regulaminu MP

### DYSKWALIFIKACJE

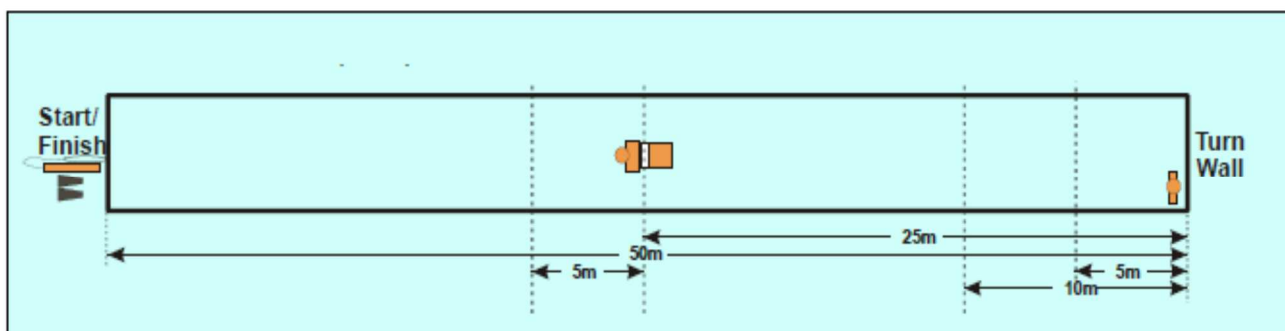
- Falstart.
- Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp. podczas wyciągania manekina.

- Pchanie manekina za linią 10m (liczone od czubka głowy).
- Używanie nieprawidłowej techniki holowania, jak to opisano w pkt. 20.
- Puszczanie manekina przed dotknięciem ściany mety.
- Inne.

## 200M SUPER RATOWNIK

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa 75m stylem dowolnym. Po przepłynięciu tego dystansu zawodnik nurkuje po manekina, który ułożony jest na 25m od ściany nawrotowej (75m dystansu), wyciąga go na powierzchnię wody w strefie 5m i holuje w kierunku mety. Po dotknięciu ściany na 100m zawodnik puszcza manekina, a następnie zakłada płetwy oraz pas ratowniczy i przepływa 50m stylem dowolnym. Po dotknięciu ściany nawrotowej na 150m dystansu, zawodnik zakłada pas ratowniczy na manekina w obrębie 5m (decyduje czubek głowy manekina), a następnie w strefie do 10m rozpoczyna holowanie manekina maksymalnie rozciągając linę pasa ratowniczego. Zawodnik musi holować manekina na linie maksymalnie rozciągniętej używając pasa ratowniczego. Zawodnik nie może przytrzymywać manekina z wyłączeniem strefy nawrotowej w której zakłada pas ratowniczy na manekina.

## SCHEMAT KONKURENCJI



## SPRZĘT

Manekin - patrz punkt 8.3 zasad ogólnych regulaminu MP

Ułożenie manekina:

- Manekin znajdujący się na 75m ma być całkowicie wypełniony wodą i zakorkowany podczas konkurencji.
- Manekin znajdujący się na 150m ma być wypełniony wodą w taki sposób, żeby pływał, a poziom wody sięgał górnej krawędzi linii poprzecznej na jego korpusie. Przed rozpoczęciem konkurencji manekin zostanie ustawiony, przez osobę trzymającą go, pionowo i zwrócony twarzą do ściany nawrotowej.

Płetwy - patrz punkt 9 zasad ogólnych regulaminu MP

Pas ratowniczy - patrz punkt 8.4 zasad ogólnych regulaminu MP

## DYSKWALIFIKACJE

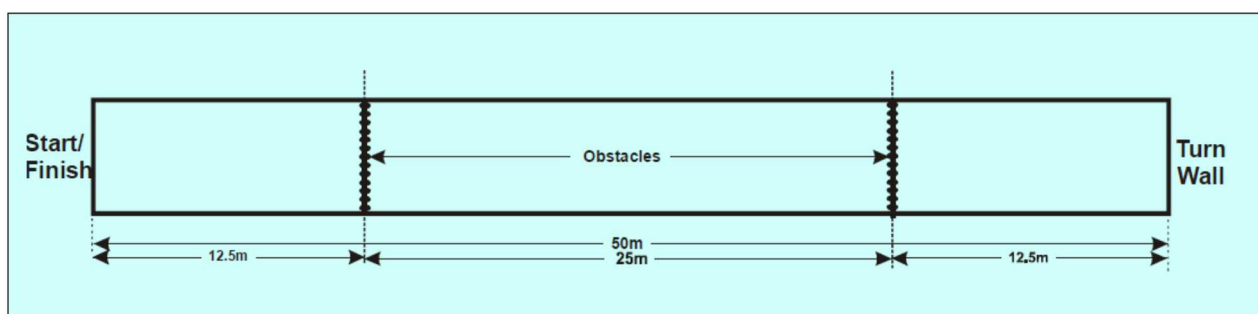
- Falstart.
- Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp.
- Nieprawidłowe umocowanie pasa ratowniczego wokół manekina
- Nie zabezpieczenie pasa ratowniczego wokół manekina przed linią 5m.
- Nie rozciągnięcie liny pasa ratowniczego przed linią 10m.
- Pchanie manekina zamiast holowania.
- Dotknięcie ściany mety bez pasa ratowniczego lub manekina ułożonych w prawidłowej pozycji.
- Puszczenie pasa ratowniczego i/lub manekina przed dotknięciem ściany mety.
- Nie holowanie manekina na linie pasa ratowniczego w całości rozciągniętej
- Nie puszczenie przez osobę trzymającą manekina natychmiast po dotknięciu przez zawodnika ściany nawrotowej.
- Jeżeli osoba trzymająca manekina popchnie go w kierunku zawodnika.
- Zgubienie manekina podczas holowania.
- Wyciągnięcie manekina na powierzchnię wody za linią 5m (liczone od czubka głowy).
- Używanie nieprawidłowej techniki holowania, jak to opisano w pkt. 20.
- Puszczenie manekina przed dotknięciem ściany nawrotowej.
- Nie utrzymywanie twarzy manekina w kierunku ku górze
- Inne

## 100M/200M PŁYWANIE Z PRZESZKODAMI

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa 200m (100m w kategoriach wiekowych MŁODZIK I JUNIOR MŁODSZY) sposobem dowolnym. Podczas tej konkurencji zawodnik musi osiem razy (cztery razy przy dystansie 100m) przepłynąć pod zanurzoną w wodzie przeszkodą. Zawodnik musi wypłynąć na powierzchnię po skoku oraz po pokonaniu każdej przeszkody. Zawodnik może się odbić od dna pływalni podczas wypływania z spod przeszkody.

*Uwaga 1:* Wypływanie na powierzchnię oznacza złamanie tafli wody.

## SCHEMAT KONKURENCJI



## SPRZĘT

Przeszkody - patrz punkt 8.8 zasad ogólnych regulaminu MP

Przeszkody powinny zostać rozmieszczone na linach w poprzek pływalni w następujący sposób:

- Przeszkody umocowane są do lin rozgraniczających tory.
- Przeszkody umocowane są na 12,5 metrze od ścian obu stron pływalni.

## DYSKWALIFIKACJE:

- Przedwczesny start.
- Jeśli zawodnik przepłytnie nad przeszkodą i nie wróci natychmiast i nie przepłytnie pod tą przeszkodą.
- Brak wypłynięcia na powierzchnię po skoku, przed pierwszą przeszkodą.
- Brak wypłynięcia na powierzchnię między przeszkodą, a ścianą pływalni.
- Brak dotknięcia ściany nawrotowej.
- Brak dotknięcia ściany mety.

## **4X25M SZTAFETA HOLOWANIE MANEKINA**

Czterech zawodników na zmianę holuje manekina. Wszyscy zawodnicy podczas wyścigu znajdują się w wodzie. Na starcie konkurencji pierwszy zawodnik trzyma manekina przynajmniej jedną ręką, aby dowolna część manekina lub zawodnika łamała lustro wody, drugą ręką trzyma się ściany. Na sygnał dźwiękowy zawodnik zaczyna holować manekina przez co najmniej 23m i co najwyżej 27m, a następnie przekazuje go drugiemu zawodnikowi w strefie zmian. Wyznacza się 4 nieoceniane przez sędziów strefy:

- pomiędzy 0m a 5m (przy starcie)
- pomiędzy 23m, a 27m
- pomiędzy 50m, a 55m
- pomiędzy 73m, a 77m

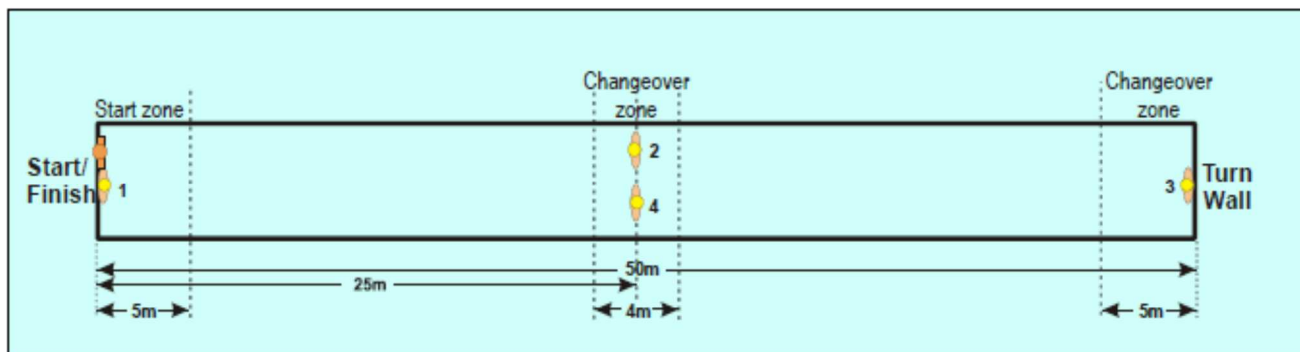
W strefie zmian pozycja holowania manekina nie jest oceniana. Drugi zawodnik dotyka ściany nawrotowej i wtedy dopiero przekazuje manekina trzeciemu zawodnikowi. Trzecia zmiana wygląda tak samo jak pierwsza zmiana. Ostatni zawodnik, kończy konkurencję przez doholowanie manekina do mety i dotknięcie ściany dowolną częścią ciała. Zawodnik holujący manekina nie może go wypuścić dopóki następny zawodnik go nie przejmie. Trzeci zawodnik musi mieć kontakt ze ścianą nawrotową co najmniej jedną ręką przed przejęciem manekina od drugiego zawodnika. Zawodnik pierwszy może zatopić manekina przy starcie w strefie 5m od ściany startowej, jednak przed gwizdkiem startu dowolna część manekina lub zawodnika musi łamać lustro wody.

*Uwaga 1: Zawodnicy pozostają w wodzie, aż do momentu zasygnalizowania przez sędziego zakończenia konkurencji długim gwizdkiem.*

*Uwaga 2: Zawodnik kończący swoją zmianę może pomóc zawodnikowi który przejął od niego manekina tylko w wyznaczonej strefie zmian*

*Uwaga 3: Zawodnicy mogą odbić się od dna pływalni w trakcie zmiany tylko w wyznaczonej strefie zmian*

## SCHEMAT KONKURENCJI



## SPRZĘT

Manekin - patrz punkt 8.3 zasad ogólnych regulaminu MP

Manekin ma być całkowicie wypełniony wodą i zakorkowany podczas konkurencji.

## DYSKWALIFIKACJE

- Falstart.
- Nieprawidłowa zmiana w sztafecie i/lub zbyt szybkie lub zbyt późne przejęcie manekina (tj. zmiana holowania manekina przed dotknięciem ściany basenu lub poza strefą zmian lub zbyt wczesny start kolejnego zawodnika).
- Używanie nieprawidłowej techniki holowania, jak to opisano w pkt. 20.
- Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp. podczas przejmowania manekina.
- Puszczenie manekina przed dokonaniem zmiany.
- Puszczenie manekina przed dotknięciem ściany mety.
- Nieprawidłowe rozpoczęcie konkurencji.
- Inne.

## 4X50M SZTAFETA Z PASEM RATOWNICZYM

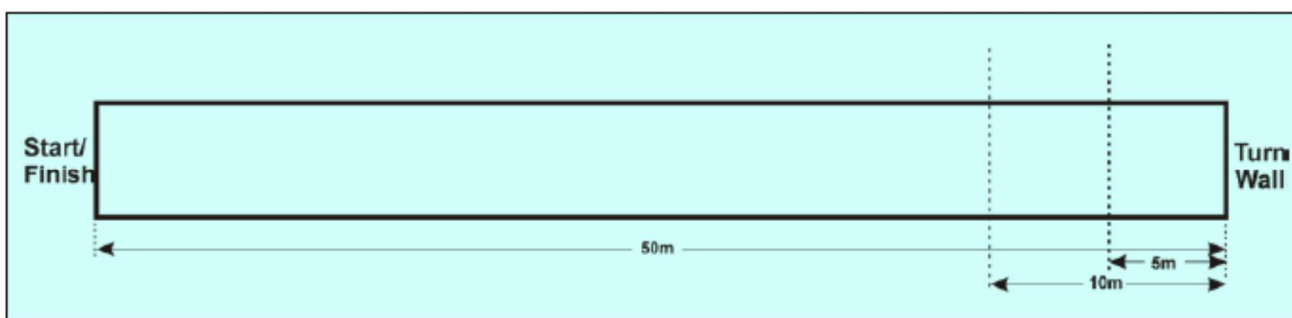
Na sygnał startera pierwszy zawodnik skacze do wody i przepływa 50m stylem dowolnym. Po dotknięciu ściany na 50m przez pierwszego zawodnika, drugi zawodnik skacze do wody i przepływa 50m stylem dowolnym w płetwach. Po dotknięciu ściany przez drugiego zawodnika, trzeci zawodnik przepływa 50m stylem dowolnym z założonym pasem ratowniczym (pkt.8.4 zasad ogólnych regulaminu MP). Po dotknięciu ściany nawrotowej zawodnik przekazuje szarfę pasa ratowniczego czwartemu zawodnikowi, który znajduje się (w płetwach) w wodzie i czeka przy brzegu trzymając się co najmniej jedną ręką krawędzi basenu. Trzeci zawodnik po przekazaniu szarfę węgorza chwyta pływak pasa ratowniczego obydwiema rękami i jest holowany przez czwartego zawodnika do ściany mety; może pomagać podczas holowania kopiąc nogami – żadna inna pomoc nie jest dozwolona. Trzeci zawodnik musi mieć kontakt z pasem ratowniczym przed przekroczeniem linii 5m, podczas zmiany z czwartym zawodnikiem. Czwarty zawodnik płynie stylem dowolnym do ściany mety holując trzeciego zawodnika.

*Uwaga 1: Jeżeli, po starcie, zawodnik zgubi jedną lub obie płetwy, może nadal kontynuować konkurencję.*

*Uwaga 2: Zawodnikowi trzeciemu płynącemu z założonym pasem ratowniczym wolno zdjąć pas i przekazać jego szarfę czwartemu zawodnikowi dopiero po dotknięciu ściany nawrotowej.*

*Uwaga 3: Zawodnik trzeci przed startem do konkurencji może w dowolny sposób założyć szarfę pasa ratowniczego wokół własnych ramion.*

## SCHEMAT KONKURENCJI



## DYSKWALIFIKACJE

- Falstart.
- Nieprawidłowa zmiana w sztafecie i/lub zbyt szybkie przejęcie lub przekazanie pasa ratowniczego (tj. chwycenie szarfę przez czwartego zawodnika przed dotknięciem ściany basenu przez trzeciego zawodnika).
- Korzystanie z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych np. lin, torów, schodów itp.



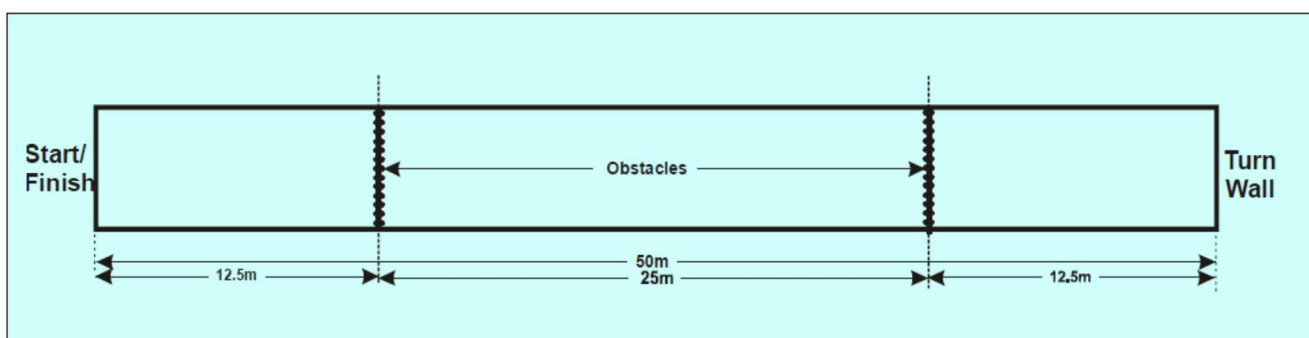
- Utrata kontaktu fizycznego przez trzeciego zawodnika z pływakiem pasa ratowniczego podczas gdy jest on holowany przez czwartego zawodnika.
- Pozorant trzyma pas ratowniczy za linkę lub klamrę.
- Pozorant podczas ostatniej zmiany pomaga ruchami rąk.
- Inne

#### 4x50M PŁYWANIE Z PRZESZKODAMI

Na sygnał dźwiękowy pierwszy zawodnik skacze do wody i przepływa 50m sposobem dowolnym dwukrotnie pokonując przeszkodę. Po dotknięciu ściany pływalni na 50m przez pierwszego zawodnika, drugi zawodnik pokonuje ten sam dystans co zawodnik pierwszy. Zawodnik trzeci i czwarty pokonują ten sam dystans. Każdy zawodnik musi wypłynąć na powierzchnię po skoku oraz po pokonaniu każdej przeszkody. Zawodnik może się odbić od dna pływalni podczas wypływania spod przeszkody.

*Uwaga 1:* Wypływanie na powierzchnię oznacza złamanie tafli wody.

#### SCHEMAT KONKURENCJI



#### SPRZĘT

Przeszkody - patrz punkt 8.8 zasad ogólnych regulaminu MP. Przeszkody powinny zostać rozmieszczone na linach w poprzek pływalni w następujący sposób:

- przeszkody umocowane są do lin rozgraniczających tory.
- przeszkody umocowane są na 12,5 metrze od ścian obu stron pływalni.

#### DYSKWALIFIKACJE:

- Przedwczesny start.
- Jeśli zawodnik przepływie nad przeszkodą i nie wróci natychmiast i nie przepływie pod tą przeszkodą.
- Brak wypłynięcia na powierzchnię po skoku, przed pierwszą przeszkodą.
- Brak wypłynięcia na powierzchnię między przeszkodami

## RZUT LINĄ

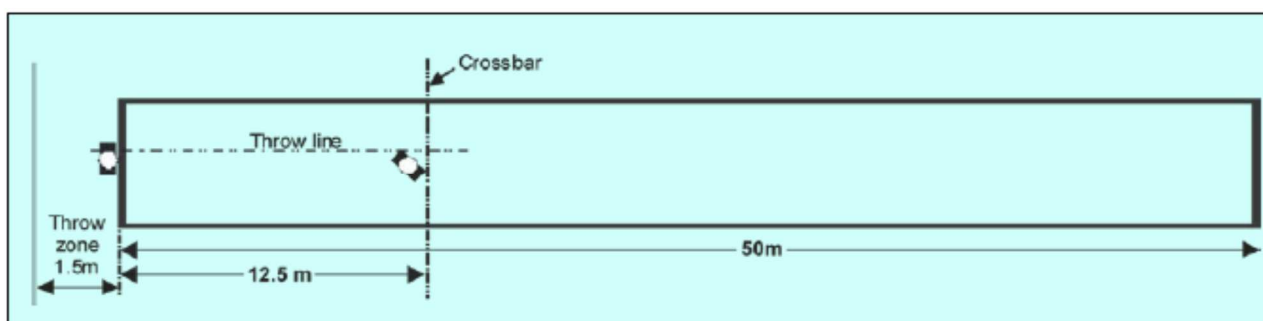
Zawodnicy ustawiają się na pozycjach wg schematu konkurencji. Pierwszy zawodnik (RATOWNIK) pozostaje na brzegu w strefie rzutu, drugi zawodnik (POZORANT) zajmuje pozycję w wodzie i trzyma jedną ręką poprzeczki w wyznaczonym miejscu. Na komendę startera "Na miejsca" RATOWNIK niezwłocznie przyjmuje pozycję startową. W momencie gdy zawodnicy znajdują się w bezruchu starter daje sygnał do rozpoczęcia konkurencji. Na sygnał startera RATOWNIK ściąga linę w takiej ilości, która umożliwi mu dorzucenie jej do POZORANTA, następnie rzuca ją w kierunku zawodnika znajdującego się w wodzie w taki sposób który umożliwi POZORANTOWI złapanie liny, po czym ściąga go na linię mety. Złapanie liny możliwe jest poprzez przyciągnięcie do dłoni dowolną częścią ciała liny znajdującej się w strefie rzutu. Czas zatrzymywany jest gdy POZORANT dotknie ściany mety (wyznaczonej przez ścianę basenu).

## POZYCJA STARTOWA

Zawodnicy na brzegu (RATOWNICY) stoją w bezruchu zwróceniem twarzy do POZORANTÓW, piąty nóg mają złączone, a ręce wyprostowane w dół po obydwóch stronach ciała. Koniec liny trzymany jest w jednym ręku przy czym jej końcowa część musi znajdować się wewnątrz dłoni. Koniec liny nie może wystawać poza obręb dłoni. POZORANT znajduje się w wodzie w środkowej części swojego toru. Od momentu poprzedzającego start POZORANT trzyma jedną ręką przeszkodę w wyznaczonym miejscu, a drugą może podtrzymywać linę. Nadwyżka liny pozostaje w wodzie za poprzeczką.

*Uwaga 1: RATOWNIK i POZORANT pozostają (odpowiednio) w strefie rzutu i w wodzie, aż do momentu zasygnalizowania przez sędziego zakończenia konkurencji. POZORANT może złapać linę tylko wtedy, gdy spadnie ona w obrębie toru oraz w zasięgu jego ciała bez puszczenia wyznaczonego obszaru na poprzeczce i bez przeciągania poprzeczki. Podczas ściągnięcia POZORANT musi być skierowany głową do przodu oraz leżeć na brzuchu. Musi trzymać on linę obiema rękami. Podczas ściągnięcia może pomagać kopiąc nogami – żadna inna pomoc nie jest dozwolona.*

## SCHEMAT KONKURENCJI



## STREFA RZUTU

Zawodnicy muszą pozostawać w obszarze przydzielonym do ich torów. Obszar ten powinien być wyraźnie wyznaczony, w odległości 1,5m od brzegu pływalni. RATOWNIK podczas konkurencji musi przynajmniej jedną stopą przebywać w strefie rzutu.

## LIMIT CZASOWY

RATOWNICY muszą wykonać poprawny rzut oraz ściągnąć POZORANTÓW w czasie nie przekraczającym 45 sekund. W przypadku nieudanego rzutu (np. zbyt krótki rzut, splątanie liny) RATOWNICY mogą ściągać oraz rzucać linę do skutku (z uwzględnieniem 45-sekundowego limitu czasowego). Zespoły które nie zdążą ukończyć konkurencji w limicie czasowym zostaną zanotowane jako "Nie ukończyły konkurencji" (DNF).

## SPRZĘT

Lina pleciona prężna, nie tonąca o średnicy 8mm (z granicą tolerancji 1mm), oraz długości z przedziału 16,5m - 17,5m, (patrz pkt. 8.5 zasad ogólnych regulaminu MP).

Poprzeczka sztywna, szerokości toru, umieszczona na powierzchni wody w odległości 12,5m od linii mety. Po środku musi być wyraźnie zaznaczone miejsce, w którym POZORANT trzyma poprzeczkę.

*Uwaga 2: Zawodnicy z jednego zespołu powinni posiadać jednakowe kolory czepków. Podczas trwania konkurencji POZORANT powinien posiadać strój zgodny z pkt. 4, natomiast ubiór RATOWNIKA może być uzależniony od warunków technicznych strefy rzutu, zapewniając bezpieczne przeprowadzenie konkurencji. Sędzia Główny jeżeli uzna to za konieczne, może zezwolić na użycie przez RATOWNIKÓW obuwia sportowego i dodatkowego okrycia ciała.*

## DYSKWALIFIKACJE

- Falstart lub nieprawidłowa pozycja startowa.
- Nietrzymanie przez RATOWNIKA końcówki liny wewnątrz dłoni.
- Puszczanie przez POZORANTA poprzeczki bądź przemieszczenie dłoni poza wyznaczony obszar na poprzeczce (przed złapaniem liny).
- Opuszczenie strefy rzutu w momencie pomiędzy startem, a sygnałem oznajmiającym koniec konkurencji.
- Złapanie liny przez POZORANTA, której koniec nie znajduje się w torze.
- Nie posiadanie przez zawodników jednakowych kolorów czepków
- Przekroczenie limitu czasu przeznaczanego na konkurencję
- Inne

## **SYMULOWANA AKCJA RATOWNICZA (S.E.R.C.)**

Konkurencja Symulowana Akcja Ratownicza (SERC; ang. Simulated Emergency Response Competition) ma na celu sprawdzenie umiejętności oceny sytuacji, wykorzystywania wiedzy ratowniczej oraz wykazywania inicjatywy, działającej pod kierownictwem kapitana, drużyny czterech ratowników biorących udział w symulowanej, wcześniej żadnemu z zawodników nie znanej, sytuacji zagrożenia osób przebywających nad wodą.

Konkurencja jest oceniana w dwuminutowym limicie czasowym. Wszystkie drużyny startują w tej samej sytuacji zagrożenia i oceniane są przez tych samych sędziów. W konkurencji SERC nie ma wyszczególnionej kategorii ze względu na płeć i kategorie wiekowe. Drużyny mogą składać się z dowolnej kombinacji mężczyzn i kobiet.

### **ZASADY OGÓLNE**

- Kapitan drużyny oraz pozostali zawodnicy są zobowiązani do zapoznania się z regulaminem oraz harmonogramem konkurencji.
- Drużyna może nie zostać dopuszczona do startu w konkurencji w przypadku spóźnienia się na miejsce odprawy.
- Sędzia Główny podejmuje decyzję czy konkurencja będzie odbywać się w seriach, półfinałach czy w finałach.
- Kolejność startu drużyn zostanie rozlosowana w dniu startu i podana do ogólnej wiadomości przed rozpoczęciem konkurencji.
- Zawodnicy biorący udział w konkurencji muszą się stawić o wskazanym czasie we wskazanym zamkniętym pomieszczeniu. Zespół, który nie stawi się na czas w pomieszczeniu w pełnym składzie nie będzie dopuszczony do konkurencji.
- Przed rozpoczęciem konkurencji i podczas jej trwania startujące drużyny są odizolowane w specjalnie wyznaczonym, zamkniętym pomieszczeniu bez możliwości widzenia i słyszenia przebiegu konkurencji. Scenariusz konkurencji, aktorzy i wszelkie urządzenia są tajne dla zawodników do momentu startu.
- Zawodnicy powinni traktować ofiary ostrożnie, psychiczne i fizyczne znęcanie się, jest niepotrzebne, niewłaściwe i będzie wpływało na obniżenie oceny bądź prowadzić może do dyskwalifikacji drużyny.
- Zawodnicy mogą używać okularów korygujących. Utrata takich okularów nie może być podstawą do protestu lub odwołania. Okulary pływackie oraz maski są zabronione.
- Wszyscy zawodnicy danej drużyny zobowiązani są do nałożenia jednakowych czepków. Kapitan drużyny powinien mieć wyraźnie wyróżniający się czeppek.
- Zawodnik nie zostanie zdyskwalifikowany jeśli zgubi czeppek po rozpoczęciu konkurencji.
- Punkty przyznane za wykonanie konkurencji nie podlegają protestom lub odwołaniom
- Po wykonaniu konkurencji zawodnicy mogą obserwować rywalizację kolejnych zespołów.

## POCZĄTEK KONKURENCJI

Drużyny są kolejno wyprowadzane z zamkniętego pomieszczenia na basen, gdzie po sygnale mają do czynienia z ofiarami, które znajdują się w różnych miejscach i wymagają różnego rodzaju pomocy.

Aktorzy rozpoczynają symulacje bezpośrednio przed sygnałem startu. Dopiero po rozpoczęciu symulowania przez aktorów sędzia daje sygnał do wejścia zawodników w strefę konkurencji. Na sygnał zawodnicy rozpoczynają akcję ratowniczą bez możliwości przekroczenia limitu czasu.

## STREFA KONKURENCJI

Konkurencja SERC może być rozgrywana w różnorodnych zamkniętych lub otwartych obiektach basenowych. Strefa konkurencji powinna być jasno i dokładnie określona zawodnikom przed rozpoczęciem konkurencji (np. punkty wejścia i wyjścia, strony basenu które mogą być wykorzystane). Zawodnicy powinni być poinformowani przed konkurencją o elementach w granicach strefy konkurencji, które nie mogą być usunięte bądź wykorzystane. O ile zawodnicy nie zostali poinformowani inaczej, wszystkie rekwizyty w strefie konkurencji uważane są za znalezione.

## SCENARIUSZ KONKURENCJI

Scenariusz SERC pozostaje tajny do czasu rozpoczęcia konkurencji i jest on tworzony za pomocą następujących metod:

- kombinacja sytuacji jednej bądź wielu osób ze sobą powiązanych;
- grupy osób uwikłanej w wiele sytuacji powiązanych ze sobą wspólnym tematem takim jak impreza na basenie, czy przewrócona, zatłoczona łódź.

Symulowanie sytuacji powinno być realizowane w sposób możliwie realistyczny ale zarazem bezpieczny tj. nie prowokujący w sposób nadmierny wyobraźni zawodników (na przykład w sytuacji, w której aktor skarży się na spalone ręce, rozłożone powinny być tylko atrapy dowodów pożaru, drutów elektrycznych bądź chemikaliów - nie należy natomiast używać prawdziwych akcesoriów).

## OFIARY, MANEKINY I ŚWIADKOWIE

Ofiary są grane przez aktorów, którzy prezentują różnego rodzaju wypadki, wymagające różnego rodzaju pomocy. Aktorzy mogą symulować ofiary nie pływające, słabo pływające, rannych oraz nieprzytomne jak i nietrzeźwe itd. Dodatkowo zawodnicy mogą spotkać się z sytuacją wymagającą resuscytacji manekinów w roli ofiar oraz z pływakami i gapiami.

Rola ofiary w scenariuszu może ulec zmianie (np. nieprzytomny może odzyskać przytomność) pod warunkiem, że znaki odzwierciedlają tę zmianę i odbywa się ona w tym samym czasie dla wszystkich zespołów lub też w wyniku pewnego przewidzianego zachowania zawodnika.

Zawodnicy powinni być poinformowani przed rozpoczęciem konkurencji jeśli ofiary znaczone są charakterystycznymi symbolami (np. czerwony krzyżyk na czole wskazujący ofiarę nieprzytomną; czarny krzyżyk na czole wskazujący ofiarę nieoddychającą).

## WYPOSAŻENIE

Zawodnicy mogą korzystać ze wszystkich elementów i rekwizytów znajdujących się w strefie konkurencji z wyłączeniem tych, o których zostali poinformowani, że nie mogą być usunięte bądź wykorzystane. Zawodnicy nie mogą wносить własnych rekwizytów do strefy konkurencji.

## START I CZAS KONKURENCJI

Konkurencja będzie się rozpoczynać i kończyć na ustalony sygnał sędziego. Konkurencja trwa dwie minuty i tylko za działania podjęte w tym czasie są oceniani zawodnicy oraz drużyna jako całość.

## ZASADY RATOWANIA

Zawodnik podlega odpowiedzialności ratownika WOPR. Od wszystkich zawodników, działających w drużynie koordynowanej przez kapitana, oczekuje się odpowiedzialności oraz postępowania zgodnie z wiedzą ratowniczą oraz niniejszym regulaminem.

W przeciwieństwie do tych ratowników, którzy często pracują w drużynie dobrze wyszkolonej jedynie w warunkach wodnych kontrolowanych, ratownik startujący w SERC musi być przygotowany na nieoczekiwane sytuacje zagrożenia gdzie nie będzie miał możliwości zastosowania specjalistycznego sprzętu, ustalonych procedur i regulaminów. W takich okolicznościach osobiste bezpieczeństwo ratownika ma pierwszorzędne znaczenie i powinno być odnotowane w arkuszu ocen.

Zawodnicy stosują następujące, podstawowe czynności ratownicze:

- rozpoznanie problemu
- ocena sytuacji
- planowanie działania w celu rozwiązania problemu
- ratowanie
- opieka nad ofiarą

Przy ocenie sytuacji zawodnicy biorą pod uwagę:

- możliwości ratowników
- liczbę ofiar
- lokalizację ofiar
- stan ofiar (pływające, słabo pływające itd.)
- dostępny sprzęt przydatny do ratowania
- warunki miejscowe (głębokość itp.)

Na podstawie własnej oceny sytuacji zawodnicy określają plan przebiegu działania, który może obejmować:

- szukanie pomocy
- organizowanie pomocy
- informowanie gapiów mogących pomóc
- gromadzenie możliwego sprzętu ratowniczego
- wykonanie akcji ratowniczej w razie potrzeby

Plan powinien wprowadzać kontrolę nad sytuacją i dążyć do uratowania tak wielu ofiar jak to możliwe. Kierowanie akcją ratowniczą z dużą ilością ofiar stawia ratowników przed wyborami.

Zawodnicy powinni kierować akcją w następujący sposób:

- sprawić aby osoby mobilne zaczęły się przemieszczać
- zapewnić bezpieczeństwo osobom bezpośrednio zagrożonym
- ocucić i reanimować osoby potrzebujące ciągłej pomocy
- roztoczyć opiekę nad ofiarami

Osoby mobilne są to te, które są w stanie płynąć samemu.

Osobami znajdującymi się w bezpośrednim zagrożeniu mogą być osoby nie pływające bądź ranni pływacy.

Osoby potrzebujące ciągłej pomocy to nieprzytomni, nie oddychający i z podejrzeniem uszkodzenia kręgosłupa.

Po odpowiednim opracowaniu planu zawodnicy powinni bezzwłocznie przystąpić do działania. Zawodnicy powinni być gotowi na zmiany w sytuacji i dostosować plan działania do odpowiedniego reagowania na zmiany.

Przy przeprowadzaniu ratowania zawodnicy muszą pamiętać o:

- ratowaniu z pozycji gwarantującej największe bezpieczeństwo dla nich samych
- kierowaniu się zasadami ratowania
- podejściu do ofiar z największą ostrożnością
- unikaniu bezpośredniego kontaktu z przytomną ofiarą

Jeśli wejście do wody jest nieuniknione zawodnicy wybierają najbardziej skuteczne techniki dla danej sytuacji nie narażając przy tym własnego życia bądź zdrowia w jakikolwiek sposób. Ważne jest aby zawodnicy wyraźnie pokazali swoje intencje i sposób działania sędziom.

## SĘDZIOWANIE I OCENIANIE

Wymaganych jest minimum sześciu sędziów plus Sędzia Główny. Arkusz ocen powinien być przygotowany przez jednego sędziego oceniającego cały scenariusz akcji ratowniczej oraz dla pozostałych sędziów oceniających postępowanie z poszczególnymi ofiarami. Zalecany jest jeden sędzia do każdego poszkodowanego. Przed rozpoczęciem konkurencji sędziowie są informowani o scenariuszu sytuacji, procedurze oceniania i priorytetach oceniania. Sędziemu przypisuje się ofiarę bądź grupę ofiar, który ocenia wszystkie drużyny dla tej części scenariusza dla całej konkurencji.

Podczas przyznawania punktów sędzia bierze pod uwagę co następuje:

- typ ofiary
- odległość ofiary od bezpiecznego miejsca
- wykorzystanie dostępnego sprzętu
- szybkość oceny sytuacji
- priorytety zawodników
- jakość przeprowadzonej akcji
- opieka nad ofiarą

Wczesna i dokładna ocena sytuacji ofiary jest pierwszym krokiem do sukcesu w tej konkurencji. Odpowiednie rozpoznanie ściśle odnosi się do zakwalifikowania ofiary inscenizowanego wypadku, ustalenia priorytetów i podjęcia właściwych działań.

*Uwaga 1: Punktacja powinna nagradzać zawodników, którzy odpowiednio wybrali ofiary wymagające najszybszej pomocy.*

Ocena zawodników dotycząca pierwszeństwa ofiar, będzie zależała od sytuacji. Ofiarom w wodzie zawodnicy powinni udzielić pomocy w następującej kolejności:

- słabo pływającym i innym mobilnym
- nie pływającym i rannym pływającym
- ofiarom wymagającym stałej opieki: nieprzytomnym, nie oddychającym, z podejrzeniem uszkodzenia kręgosłupa

W scenariuszu mogą wystąpić szczególne elementy, które będą ocenione wyższymi notami za wykazanie się szczególnymi umiejętnościami i wyjątkową oceną sytuacji. Ocena ta będzie tajna dla sędziów i zawodników, a przeprowadzona przez Sędziego Głównego.



## DYSKWALIFIKACJE

- Falstart.
- Nieposiadanie przez zawodników właściwych czepków.
- Otrzymywanie pomocy, porad z zewnątrz.
- Używanie jakichkolwiek telekomunikatorów w strefie konkurencji.
- Używanie sprzętu niezapewnionego do konkurencji.
- Fizyczne lub psychiczne znęcanie się nad aktorami.
- Inne.