



**Nová pravidla disciplin ILS
pro
Mistrovství republiky VZS ČČK**

Platná od roku 2006



1 OBSAH

Titulní strana	1
1 OBSAH	2
2 NOVÁ PRAVIDLA ILS	5
2.1 Disciplíny a jejich uspořádání pro MR VZS ČČK bazénové disciplíny	5
2.2 Závod družstev	5
2.2.1 Hodnocení	5
2.2.2 Bodování	5
2.3 Závod jednotlivců	6
2.3.1 Hodnocení	6
2.4 Výklad pojmů	6
2.4.1 Start	6
2.4.2 Start z vody.....	6
2.4.3 Diskvalifikace.....	6
2.4.4 Model – Pás	7
2.4.4.1 Vytažení modelu.....	7
2.4.4.2 Tažení modelu	7
2.4.4.3 Vlečení modelu.....	7
2.4.4.4 Ústa a nos nad hladinou.....	7
2.4.4.5 Pomocník s modelem	7
2.4.4.6 Táhnutí záchranného pásu	8
2.4.5 Dohmat a dotek na obrátce a cílové stěně bazénu.....	8
2.4.6 Trestné body	8
2.4.7 Vybavení a výstroj.....	8
2.4.8 Diskvalifikace.....	8
3 POPIS DISCIPLIN ILS	8
3.1 Disciplína A.1. – 200m Plavání s překážkami	9
3.1.1 Popis disciplíny	9
3.1.2 Vybavení	9
3.1.3 Techničtí rozhodčí.....	9
3.1.4 Diskvalifikace.....	9
3.2 Disciplína A.2. – 100m Záchrana modelu s ploutvemi	10
3.2.1 Popis disciplíny	10
3.2.2 Vybavení	10
3.2.3 Vytažení modelu.....	10
3.2.4 Nasazení ztracených ploutví.....	10
3.2.5 Diskvalifikace.....	10
3.3 Disciplína A.3. – 50m Záchrana modelu	11



3.3.1	Popis disciplíny	11
3.3.2	Vybavení	11
3.3.3	Vytažení modelu.....	11
3.3.4	Techničtí rozhodčí.....	11
3.3.5	Diskvalifikace.....	11
3.4	Disciplína A.4. – 100m Záchrana modelu s ploutvemi a záchranným pásem	12
3.4.1	Popis disciplíny	12
3.4.2	Vybavení	12
3.4.3	Umístění modelu	12
3.4.4	Start se záchranným pásem	12
3.4.5	Nasazení záchranného pásu.....	12
3.4.6	Zabezpečení modelu.....	13
3.4.7	Tažení modelu	13
3.4.8	Nasazení ztracených ploutví.....	13
3.4.9	Závada na záchranném pásu.....	13
3.4.10	Techničtí rozhodčí.....	13
3.4.11	Diskvalifikace.....	13
3.5	Disciplína A.5. – 200m Super záchranař	14
3.5.1	Popis disciplíny	14
3.5.2	Vybavení	14
3.5.3	Umístění ploutví a záchranných pásů.....	14
3.5.4	Umístění modelu pro tažení	14
3.5.5	Umístění modelu pro vlečení	15
3.5.6	Vytažení prvního modelu	15
3.5.7	Nasazení pásu a ploutví.....	15
3.5.8	Nošení záchranného pásu	15
3.5.9	Zajištění druhého modelu.....	15
3.5.10	Vlečení modelu.....	15
3.5.11	Nasazení ztracených ploutví.....	15
3.5.12	Závada na záchranném pásu.....	16
3.5.13	Techničtí rozhodčí.....	16
3.5.14	Diskvalifikace.....	16
3.6	Disciplína A.6. – 100m Záchranný polohovací závod	17
3.6.1	Popis disciplíny	17
3.6.2	Vybavení	17
3.6.3	Vytažení modelu.....	17
3.6.4	Techničtí rozhodčí.....	17
3.6.5	Diskvalifikace.....	17
3.7	Disciplína B.1. – 4 x 25m Štafeta tažení modelu	18
3.7.1	Popis disciplíny	18



3.7.2	Vybavení	18
3.7.3	Techničtí rozhodčí	18
3.7.4	Diskvalifikace.....	18
3.8	Disciplína B.2. – 4 x 50m Štafeta plavání s překážkami	19
3.8.1	Popis disciplíny	19
3.8.2	Vybavení	19
3.8.3	Techničtí rozhodčí	19
3.8.4	Diskvalifikace.....	20
3.9	Disciplína B.3. – 4 x 50m Štafeta se záchranným pásem	20
3.9.1	Popis disciplíny	20
3.9.2	Vybavení	21
3.9.3	Start se záchranným pásem	21
3.9.4	Nasazení záchranného pásu.....	21
3.9.5	Tažení oběti	21
3.9.6	Nasazení ztracených ploutví.....	21
3.9.7	Závada na záchranném pásu.....	21
3.9.8	Techničtí rozhodčí	21
3.9.9	Diskvalifikace.....	21
3.10	Disciplína A.7. – Záchrana pomocí lana.....	22
3.10.1	Popis disciplíny	22
3.10.2	Vybavení	22
3.10.3	Start	22
3.10.4	Startovací pozice	22
3.10.5	Regulérní hod	22
3.10.6	Oběť.....	22
3.10.7	Tažení vodou	23
3.10.8	Házecí zóna	23
3.10.9	Časový limit	23
3.10.10	Techničtí rozhodčí.....	23
3.10.11	Diskvalifikace.....	23

2 NOVÁ PRAVIDLA ILS

2.1 DISCIPLINY A JEJICH USPOŘÁDÁNÍ PRO MR VZS ČČK BAZÉNOVÉ DISCIPLINY

tabulka č. 1. Bazénové discipliny

Ozn.	Popis disciplíny	Minimum soutěžících
A1	200m Plavání s překážkami	3 členové družstva
B2	4x 50m Štafeta plavání s překážkami	1 družstvo 4-členové
A2	100m Záchrana modelu s ploutvemi	3 členové družstva
B1	4x25m Štafeta tažení modelu	1 družstvo 4-členové
A3	50m Záchrana modelu	3 členové družstva
A5	200m Super záchranář	3 členové družstva
A4	100m Záchrana modelu s ploutvemi a záchraným pásem	3 členové družstva
B3	4x50m Štafeta se záchraným pásem	1 družstvo 4-členové
A7	Záchrana pomocí lana	1 družstvo 2-členové
A6	100m Záchraný polohový závod	3 členové družstva

2.2 ZÁVOD DRUŽSTEV

- (1) Družstvo se skládá ze 4 až 5 členů. Každému družstvu se započítávají 2 nejlepší závodníci z každé disciplíny jednotlivců + závody štafet a záchrana lanem. Do každého závodu jednotlivců musí nastoupit nejméně 3 závodníci za jedno družstvo.
- (2) V disciplíně A7 závodí jen dva členové družstva.

2.2.1 Hodnocení

- (1) Vyhrává družstvo, které získá nejvíce bodů při součtu všech disciplin. Při dosažení stejného počtu bodů více družstev, určí pořadí počet lepších umístění v disciplíně B1,2,3,.

2.2.2 Bodování

- (1) Týmy soutěžící na Mistrovství republiky vodních záchranářů jsou bodovány na základě umístění v každé disciplíně.

tabulka č. 2. Bodovací tabulka družstev

Umístění	Body	Umístění	Body
1. místo	20	9. místo	8
2. místo	18	10. místo	7
3. místo	16	11. místo	6
4. místo	14	12. místo	5
5. místo	13	13. místo	4
6. místo	12	14. místo	3
7. místo	11	15. místo	2
8. místo	10	16. místo	1

2.3 ZÁVOD JEDNOTLIVCŮ

- (1) Každý závodník je povinen absolvovat nejméně 4 starty v disciplin A1,2,3,4,5,6. Z toho start v disciplině **A6** (100m Záchranný polohový závod) je **povinná**, pro všechny závodníky. Závodník může absolvovat všech šest disciplin. Do soutěže mu bude však započítán, jen největší bodový zisky ze čtyř disciplin.

2.3.1 Hodnocení

- (1) Vyhrává ten závodník který získá největší počet bodů. Při dosažení stejného počtu bodů, určí pořadí mezi soutěžícími lepší umístění v disciplině A6.

2.4 Výklad pojmů

2.4.1 Start

- (1) Na Mistrovství republiky se používá pravidlo prvního 1. startu!
- (2) Na dlouhý hvizd závodník vstoupí na startovní blok a zůstane stát.
- (3) Hlavní rozhodčí discipliny nebo jeho zástupce pak dává pokyn startérovi.
- (4) Na startérův pokyn „**na místa**“ závodník ihned zaujme startovní pozici s minimálně 1 nohou na přední hraně startovního bloku. Když jsou závodníci klidní, startér dává akustický startovní signál.

2.4.2 Start z vody

- (1) Na dlouhý hvizd soutěžící vstoupí do vody.
- (2) Na druhé dlouhé zapískání se soutěžící, bez zbytečných průtahů, vrátí na startovací pozici.
- (3) Soutěžící startuje ve vodě, přičemž v jedné ruce drží model (ústa a nos modelu jsou nad hladinou) a druhou rukou se drží kraje bazénu.
- (4) Jakmile jsou všichni soutěžící připraveni na startovací pozici, startér dá příkaz „na místa“. Jsou-li soutěžící připraveni, startér vydá zvukové startovací signál.

2.4.3 Diskvalifikace

- (1) Všichni soutěžící, kteří vystartují před startovacím signálem budou diskvalifikováni.
- (2) Zazní-li startovací signál před oznámením diskvalifikace, bude závod pokračovat a soutěžící bude diskvalifikován po jeho dokončení.
- (3) Je-li diskvalifikace ohlášena před startovacím signálem, pak signál provedeno nebude, ale ostatní soutěžící budou vyzváni k novému startu.
- (4) Signál vyzívající soutěžící k návratu je stejný jako startovací, ale je opakován společně se spuštěním lana na znamení špatného startu. Nebo, pokud hlavní rozhodčí discipliny rozhodne, že start není regulérní zapíská a následuje (opakované) znamení startéra. Pro disciplínu 100m záchrana modelu s ploutvemi, bude signál k návratu proveden zvukovým znamením pod vodou.
- (5) Jestliže chyba startéra způsobí chybný start soutěžícího, chyba soutěžícího bude vyškrtuta.

2.4.4 Model – Pás

2.4.4.1 Vytažení modelu

- (1) Při vytažení modelu se soutěžící mohou odrazit ode dna bazénu. Soutěžící musí model táhnout ve správné pozici, než vršek hlavy modelu dosáhne vyznačené 5m pásma (A.3, A.6, A.5,) nebo 10m pásma (A.2).

2.4.4.2 Tažení modelu

- (1) V disciplínách, ve kterých je model tažen, se předpokládá, že model (jakožto oběť) dýchá.
- (2) Soutěžící musí model táhnout (ne strkat - tlačit) alespoň jednou rukou a:
 - vyvarovat se držení modelu za krk, přes ústa nebo nos. Držení za bradu je přijatelné tam, kde je zřetelné, že soutěžící tlačí na bradu;
 - udržovat ústa a nos modelu nad hladinou (viz níže);
 - během předávky ve štafetě s modelem musí soutěžící udržovat ústa a nos modelu nad hladinou;
 - „tlačení“ je myšleno, že hlava modelu je držena před hlavou soutěžícího;
 - při soutěži je povolen kraul;

2.4.4.3 Vlečení modelu

- (1) Je-li požadováno vlečení modelu, pak soutěžící musí:
 - vléci model správně na záchranném pásu připevněném pod oběma rameny modelu a s plně roztaženým lanem;
 - udržovat ústa a nos modelu nad hladinou;
- (2) Soutěžící nebudou diskvalifikováni, vyklouzne-li záchranný pás během tažení tak, že model bude zajištěna pouze pod jedním ramenem, za předpokladu, že:
 - záchranný pás byl před zahájením tažení správně zabezpečen pod oběma rameny modelu;
 - ústa a nos modelu jsou udržována nad hladinou vody;

2.4.4.4 Ústa a nos nad hladinou

- (1) V disciplínách, ve kterých je tažena nebo vlečen model, se předpokládá, že model (jakožto oběť) dýchá. Soutěžící musí model táhnou - vléct tak, aby udržel jeho ústa a nos nad hladinou. Při posuzování, zda ústa a nos byla nad hladinou, rozhodčí neberou v potaz čelní nárazové vlny nebo namočení způsobené soutěžícím nebo modelem.

2.4.4.5 Pomocník s modelem

- (1) Člen soutěžního týmu asistuje v disciplíně Tažení modelu s ploutvemi nebo v disciplíně Super záchranař jako pomocník s modelem.
- (2) Se souhlasem rozhodčího může jako pomocník vystupovat osoba, která není členem týmu, za předpokladu, že je členem plnoprávné členské organizace ILS a je v nějaké funkci registrována k účasti na Mistrovství.
- (3) Před startem a během závodu, pomocník dává model do vody - svisle a čelem ke stěně – v přidělené dráze.

(4) Pomocníci s modelem nesmí vstoupit do vody.

2.4.4.6 Táhnutí záchranného pásu

(1) Závodník musí táhnout záchranný pás na plně napnutém laně.

2.4.5 Dohmat a dotek na obrátce a cílové stěně bazénu

(1) Závodník na obrátce a cílové stěně se může dotknout jakoukoliv částí těla. Pokud není určeno jinak v popisu disciplíny. Na cílovou stěnu bazénu, se doporučuje rukou. Když je měřen čas elektricky je nutno na dohmátovou stěnu dohmátnout razantněji, pro zastavení el. časoměry.

2.4.6 Trestné body

(1) Trestné body v jednotlivých disciplínách nejsou udělovány, jsou jen diskvalifikace.

2.4.7 Vybavení a výstroj

(1) Záchranný model, záchranný pás a překážky dle platných pravidel ILS. Ploutve a oblečení závodníku dle Soutěžního řádu VZS ČČK.

2.4.8 Diskvalifikace

(1) Viz. popis disciplin a Soutěžní řád VZS ČČK.

3 POPIS DISCIPLIN ILS

(1) Popis jednotlivých disciplin ILS použitých na MR VZS ČČK – Bazénové disciplíny.

tabulka č. 3. Názvy disciplin

Označení	Český název disciplíny	Anglický název disciplíny
A.1.	200m Plavání s překážkami	200m Obstacle Swim
A.2.	100m Záchrana modelu s ploutvemi	100m Manikin Carry with Fins
A.3.	50m Záchrana modelu	50m Manikin Carry
A.4.	100m Záchrana modelu s ploutvemi a záchr. pásem	100m Manikin Tow with Fins
A.5.	200m Super záchranář	200m Super Lifesaver
A.6.	100m Záchranný polohový závod	100m Rescue Medley
B.1.	4 x 25m Štafeta tažení modelu	4 x 25m Manikin Relay
B.2.	4 x 50m Štafeta plavání s překážkami	4 x 50m Obstacle Relay
B.3.	4 x 50m Štafeta se záchranným pásem	4 x 50m Medley Relay
A.7.	Záchrana pomocí lana	Line Throw

3.1 DISCIPLINA A.1. – 200m PLÁVÁNÍ S PŘEKÁŽKAMI

3.1.1 Popis disciplíny

- (1) Startuje se na akustický signál skokem do vody, závodník se plave 200 m a musí podplavat 8 ponořených překážek a závod končí dohmatem na cílovou stěnu bazénu.
- (2) Po startovním skoku do vody závodník musí protnout hladinu (vynořit se) před 1. překážkou a poté pokaždé mezi jednotlivými překážkami.
- (3) Závodníci se mohou odrazit ode dna bazénu, když se vynořují mezi jednotlivými překážkami.
- (4) Protnutí hladiny (vynoření se) znamená že závodníkova hlava protne hladinu vody.
- (5) Závodník se musí dotknout obrátkové a cílové stěny jakoukoliv částí těla.

obrázek č. 1. Schéma disciplíny



3.1.2 Vybavení

- (1) Překážky: Překážky by měly být připevněny kolmo k dráhovým bójkám a to v jedné rovině přes všechny dráhy. První překážka je umístěna 12,5 m od startovní stěny a druhá překážka 12,5 m od obrátkové stěny. Vzdálenost mezi dvěma překážkami je 25 m.

3.1.3 Techničtí rozhodčí

- (1) 4 rozhodčí hodnotí, zda závodníkova technika je v souladu s pravidly a popisem disciplíny.

3.1.4 Diskvalifikace

Kromě platných pravidel VZS, pro diskvalifikaci bude důvodem k diskvalifikaci:

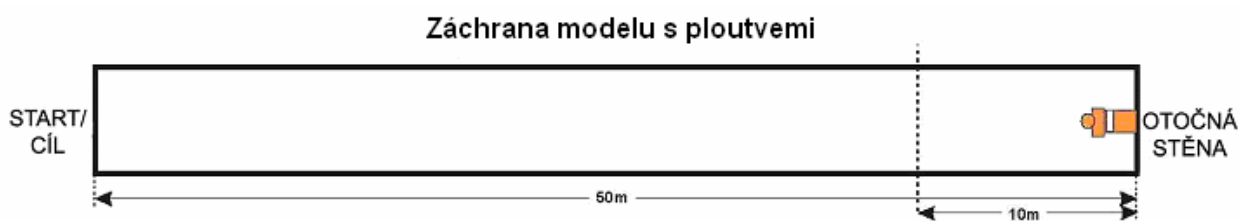
- Špatný start;
- Přeplování přes překážku bez vrácení se před tuto překážku a následného podplavání;
- Nevynoření se po startu před překážkou;
- Nevynoření se mezi překážkami;
- Nedotknutí se obrátkové stěny během obrátky;
- Nedohmátnutí se cílové stěny;

3.2 DISCIPLINA A.2. – 100m ZÁCHRANA MODELU S PLOUTVEMI

3.2.1 Popis disciplíny

- (1) Startuje se na akustický signál skokem do vody, závodník plave 50 m volným stylem s ploutvemi a potom se potopí pro ponořený model, s kterým se musí do 10-ti metrů od obrátkové stěny vynořit. Závodník doplave s modelem k cílové stěně bazénu, které se musí dotknout jakoukoliv částí těla.
- (2) Závodníci se nemusí dotknout obrátkové stěny bazénu.
- (3) Závodníci se mohou odrazit ode dna při vytahování modelu z vody.
- (4) Závodník se musí vynořit před zanořením pro model

obrázek č. 2. Schéma disciplíny



3.2.2 Vybavení

- (1) Model, ploutve: Model je zcela naplněn vodou a hermeticky uzavřen.
- (2) Umístění modelu: Model je umístěn v hloubce od 1,8 m do 3m. Tam, kde je hloubka větší jak 3m je model umístěn na plošinu (nebo jinou podporu) do pozice v odpovídající hloubce.
- (3) Model je položen na zádech a dotýká se dna bazénu (nebo plošiny či jiné podpory), jeho základna (nohy) se musí dotýkat obrátkové stěny a jeho hlava je směrem k cílové stěně.

3.2.3 Vytažení modelu

- (1) Závodníci musí vytáhnout model alespoň jednou rukou, model musí být ve správné pozici (pro následné tažení) nad hladinou, než vrchol hlavy modelu dosáhne pásma 10-ti m od obrátkové stěny.

3.2.4 Nasazení ztracených ploutví

- (1) Soutěžící si mohou znovu nasadit ploutve ztracené po startu a pokračovat bez diskvalifikace v závodě, za předpokladu, že nejsou porušena pravidla týkající se tažení modelu, viz. 2.4.4.2. Závodníci nebudou mít možnost opravného startu v jiné rozplavbě.

3.2.5 Diskvalifikace

- (1) Kromě platných pravidel VZS pro diskvalifikaci bude důvodem k diskvalifikaci:
 - Špatný start;
 - Použití bazénového vybavení ku pomoci (např. dráha, provaz, schody atd.);
 - Vynoření hlavy modelu za 10-ti metrovým pásmem;
 - Používání nesprávných technik tažení;

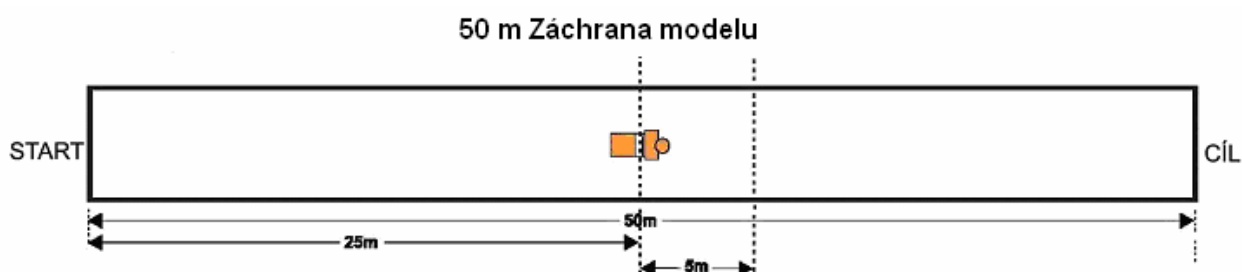
- Uvolnění (ztráta kontaktu) modelu před dotknutím cílové stěny (ztráta modelu);
- Nedotknutí se cílové stěny;

3.3 DISCIPLINA A.3. – 50m ZÁCHRANA MODELU

3.3.1 Popis discipliny

- (1) Startuje se na akustický signál skokem do vody, závodník plave 25 m volným způsobem a poté se potápí pro ponořený model, se kterým se musí vynořit ve vzdálenosti nejdéle 5-ti metrů od místa uložení modelu. Závodník pak táhne model k cílové stěně bazénu, které se musí dotknout.viz A1
- (2) Závodník se může během vytahování modelu odrazit ode dna.

obrázek č. 3. Schéma discipliny



3.3.2 Vybavení

- (1) Model: Je zcela napuštěn vodou a uzavřen
- (2) Umístění modelu: Model je umístěn v hloubce mezi 1,8m a 3 m. Tam, kde je hloubka větší jak 3m je panák umístěn na plošinu (nebo jinou podporu) do pozice v odpovídající hloubce.
- (3) Model je položen na zádech, hlavou směrem k cíli, s osou uložení uprostřed hrudníku modelu ve vzdálenosti 25 m od startu.

3.3.3 Vytažení modelu

- (1) Závodníci musí vytáhnout model minimálně jednou rukou, model musí být ve správné pozici (pro následné tažení) nad hladinou, než vrchol hlavy modelu dosáhne pásma 5-ti m od místa, kde model ležel.

3.3.4 Techničtí rozhodčí

- (1) 4 rozhodčí hodnotí, zda závodníková technika je v souladu s pravidly a popisem disciplíny.

3.3.5 Diskvalifikace

- (1) Kromě platných pravidel VZS pro diskvalifikaci bude důvodem k diskvalifikaci:
 - Špatný start;
 - Nevynoření se po startu (neprotnutí hladiny) před potopením a vytažením modelu;
 - Použití bazénového vybavení (např. dráha, provaz, schody atd.), odražení ode dne při vynořování modelu je povoleno;
 - Vynoření hlavy modelu za 5-ti metrovým pásmem;

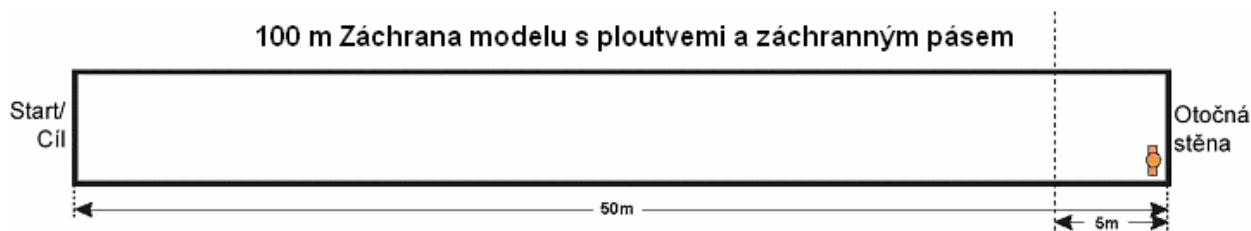
- Používání nesprávných technik tažení viz. propozice;
- Neudržování úst a nosu modelu nad vodní hladinou (při tažení);
- Ztráta modelu před dotknutím cílové stěny;
- Nedotknutí se cílové stěny;

3.4 DISCIPLINA A.4. – 100m ZÁCHRANA MODELU S PLOUTVEMI A ZÁCHRANNÝM PÁSEM

3.4.1 Popis discipliny

- (1) Startuje se na akustický signál skokem do vody, závodník plave 50 m volným způsobem s ploutvemi a záchranným pásem. Po dotknutí se obrátkové stěny závodník zapne vznášející se model (na hladině u okraje bazénu) do záchranného pásu a táhne ho zpět. Disciplína končí, když se závodník dotkne cílové stěny bazénu.
- (2) Závodníci musí vléci (ne držet) model s napnutým lanem záchranného pásu.

obrázek č. 4. Schéma discipliny



3.4.2 Vybavení

- (1) Model, ploutve, záchranný pás: Model je naplněn vodou tak, že vrchní část modelu je nad hladinou (tj. od vrchní části bílého pruhu nahoru).

3.4.3 Umístění modelu

- (1) Před startem umístí „pomocník držící model“ model vertikálně do vody a směrem (čelem) k obrátkové stěně - uvnitř přidělené dráhy.
 - Pomocník držící model uvolní model bezprostředně potom, co se závodník dotkne obrátkové stěny. Pomocník nesmí strkat (tlačit) model směrem k závodníkovi nebo cílové stěně;
 - Pomocník by měl být členem stejného družstva jako závodník;
 - Pomocník nesmí vstoupit do vody;

3.4.4 Start se záchranným pásem

- (1) Při startu, záchranný pás a jeho lano musí být umístěny v přidělené dráze. Lano záchranného pásu musí být ihned po startu plně nataženo.

3.4.5 Nasazení záchranného pásu

- (1) Záchranný pás musí být na závodníkovi správně nasazen, a to smyčkou napříč nebo přes 1 rameno. Když se soutěžící přibližuje k modelu, musí být pás tažen za soutěžícím.

- (2) Za předpokladu, že byl pás správně nasazen, není důvodem k diskvalifikaci, když jeho smyčka sklouzne během přibližování se k modelu nebo během jejího tažení na paži nebo loket soutěžícího.

3.4.6 Zabezpečení modelu

- (1) Po prvním dotknutí se obrátkové stěny, musí soutěžící připevnit záchranný pás kolem těla a pod pažemi modelu, do vzdálenosti 5-ti metrů od obrátkové stěny.
- (2) Soutěžící dokončí disciplínu tak, že plave 50m volným stylem a dotknutím se cílové stěny bazénu.

3.4.7 Tažení modelu

- (1) Soutěžící musí model vléci (né táhnout) na záchranném pásu, zabezpečeném pod oběma pažemi modelu a s plně nataženým lanem.
- (2) Soutěžící nebude diskvalifikován, pokud záchranný pás sklouzne během tažení tak, že model je zabezpečena pouze pod 1 paží, když:
- záchranný pás byl před započítáním tažení správně zabezpečen pod oběma pažemi modelu.
 - ústa a nos modelu jsou udržována nad hladinou vody.

3.4.8 Nasazení ztracených ploutví

- (1) Soutěžící si mohou znovu nasadit ploutve ztracené po startu a pokračovat bez diskvalifikace v závodě, za předpokladu, že nejsou porušena pravidla týkající se tažení modelu, viz. [2.4.4.3](#). Závodníci nebudou mít možnost opravného startu v jiné rozplavbě.

3.4.9 Závada na záchranném pásu

- (1) Jestliže se během disciplíny záchranný pás, provaz či upínací část pásu poškodí, rozhodčí může povolit závodníkovi opakovat tento závod.

3.4.10 Techničtí rozhodčí

- (1) 4 rozhodčí, hodnotí, zda závodníková technika je v souladu s pravidly disciplíny.

3.4.11 Diskvalifikace

- (1) Kromě platných pravidel VZS pro diskvalifikaci bude být důvodem k diskvalifikaci následující chování:
- Špatný start;
 - Vypomáhání si jakýmkoliv vybavením bazénu při připevňování záchranného pásu k modelu;
 - Neúplné natažení záchranného pásu nebo jeho tažení bez smyčky připevněné napříč nebo přes 1 rameno během přibližování se k modelu;
 - Neupuštění modelu pomocníkem ihned poté, co se soutěžící dotkne otočného kraje;
 - Tlačení modelu pomocníka směrem k soutěžícímu nebo k cílovému kraji;
 - Nesprávné uložení modelu pomocníkem, nebo dotýkání se modelu pomocníkem poté, co se soutěžící dotknul obrátkové stěny;
 - Vstoupení pomocníka do vody;

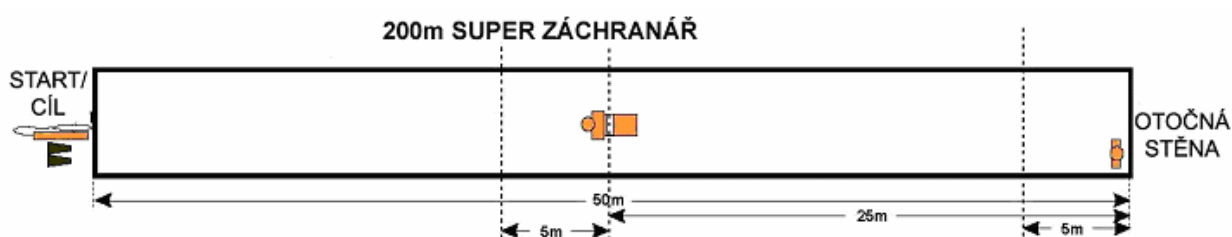
- Nedotknutí se kraje bazénu před uchopením modelu nebo záchranného pásu k jejímu zabezpečení, v rámci 5m vyznačené dráhy;
- Nesprávné připevnění záchranného pásu k modelu (např. ne kolem těla a pod oběma pažemi);
- Nepřipevnění záchranného pásu k modelu před 5m vyznačeným pásmem (posuzováno dle vrcholku hlavy modelu);
- Strkání nebo tažení modelu namísto vlečení;
- Vlečení modelu s neúplně nataženým lanem záchranného pásu;
- Neudržení úst a nosu modelu nad hladinou (viz pravidla);
- Dotknutí se cílového břehu bez záchranného pásu a modelu na svém místě;
- Nedotknutí se cílové stěny;

3.5 DISCIPLINA A.5. – 200m SUPER ZÁCHRANÁŘ

3.5.1 Popis discipliny

- (1) Startuje se na akustický signál skokem do vody, závodník plave 75 m volným způsobem a pak se potápí pro ponořený model. Závodník se vynořuje s modelem před 5-ti metrovou hranicí a přepravuje ho k obrátkové stěně. Po dotknutí stěny závodník pouští model.
- (2) Ve vodě si závodník obléká ploutve a záchranný pás do vzdálenosti maximálně 5-ti metrů od stěny a plave 50 m volným způsobem. Po dotknutí se stěny závodník upevňuje záchranný pás kolem vznášejícího se modelu a to maximálně do 5-ti metrů od stěny a táhne ho k cílové stěně, kde následuje dohmat.
- (3) Závodníci musí vléci (ne jiným způsobem) model s napnutým lanem záchranného pásu. (viz. u předchozí disciplína.)

obrázek č. 5. Schéma discipliny



3.5.2 Vybavení

- (1) Model, ploutve, záchranné pásy: Standardy zařízení a vybavení. Soutěžící musí používat model a záchranné pásy poskytnuté pořadatel soutěže.

3.5.3 Umístění ploutví a záchranných pásů

- (1) Před startem závodu umístí soutěžící ploutve a záchranný pás na plochu bazénu – ne na startovací plochu/stupínek – u přidělené dráhy.

3.5.4 Umístění modelu pro tažení

- (1) Model je kompletně naplněná vodou a utěsněná. Model je umístěna v hloubce 1.8m až 3m. Ve vodě hlubší než 3m je model umístěna na plošině (nebo jiné podpěře) v požadované

hloubce. Model je položena na zádech, hlavou směrem k cíli, příčná čára uprostřed hrudi modelu je vzdálena 25m od otočného kraje.

3.5.5 Umístění modelu pro vlečení

- (1) Model je naplněna vodou, takže plave vrchem příčné čáry na hladině.
- (2) Člen soutěžního týmu asistuje jako pomocník. S povolením rozhodčího může jako pomocník vystupovat i osoba, která není členem týmu, ale je členem plnoprávné členské organizace ILS a je registrován k účasti na mistrovství v nějaké funkci.
- (3) Před startem pomocník model umístí vertikálně a čelem ke stěně v příslušné dráze.
- (4) Pomocník musí model pustit, jakmile se soutěžící dotkne otočného břehu. Pomocník nesmí model postrkovat směrem k soutěžícímu nebo cílovému břehu.
- (5) Pomocník nesmí vstoupit do vody.

3.5.6 Vytažení prvního modelu

- (1) Soutěžící se mohou odrazit ode dna bazénu, když vytahují model minimálně jednou rukou na hladinu.
- (2) Soutěžící musí model táhnout ve správné pozici dřív, než jeho hlava mine 5m vyznačenou vzdálenost.

3.5.7 Nasazení pásu a ploutví

- (1) Poté, co se soutěžící poprvé dotkne otočného břehu, odloží první model. Ve vodě si soutěžící nasadí pás a ploutve a plave 50m volným stylem.

3.5.8 Nošení záchranného pásu

- (1) Záchranné pásy musí být nasazeny správně, smyčkou napříč nebo kolem 1 ramene. Zatímco se soutěžící přibližuje k modelu, pás musí být vlečen za soutěžícím, a to s plně nataženým lanem.

3.5.9 Zajištění druhého modelu

- (1) Poté, co se soutěžící dotkne otočného břehu, musí připevnit záchranný pás kolem těla a pod paže druhého modelu v 5m dráze od stěny bazénu.
- (2) Soutěžící dokončí plavání ve volném stylu dotknutím se cílové stěny bazénu.

3.5.10 Vlečení modelu

- (1) Soutěžící musí model vléci (né táhnout) pomocí pásu upevněného pod oběma pažemi a s plně nataženým lanem záchranného pásu.
- (2) Soutěžící nebude diskvalifikován, jestliže záchranný pás sklouzne během tažení tak, že model je zajištěna pouze pod jedním ramenem, za předpokladu, že:
 - záchranný pás byl zabezpečen správně, pod oběma pažemi modelu před tím, než soutěžící zahájil tažení.
 - ústa a nos modelu jsou udržovány nad hladinou vody.

3.5.11 Nasazení ztracených ploutví

- (1) Soutěžící si mohou nasadit ploutve ztracené po startu a pokračovat bez diskvalifikace, pokud nejsou porušeny pravidla pro vlečení a manipulaci s modelem, [viz. 2.4.4.3.](#)

- (2) Soutěžící nemohou znovu startovat v dalším přípravném závodě.

3.5.12 Závada na záchranném pásu

- (1) Pokud, dle názoru rozhodčího, záchranný pás, lano a nebo popruh (pás) mají během závodu technickou závadu, může rozhodčí povolit soutěžícímu opakování závodu.

3.5.13 Techničtí rozhodčí

- (1) 4 rozhodčí hodnotí, zda závodnickova technika je v souladu s pravidly disciplíny

3.5.14 Diskvalifikace

- (1) Kromě platných pravidel VZS pro diskvalifikaci bude být důvodem k diskvalifikaci následující chování:

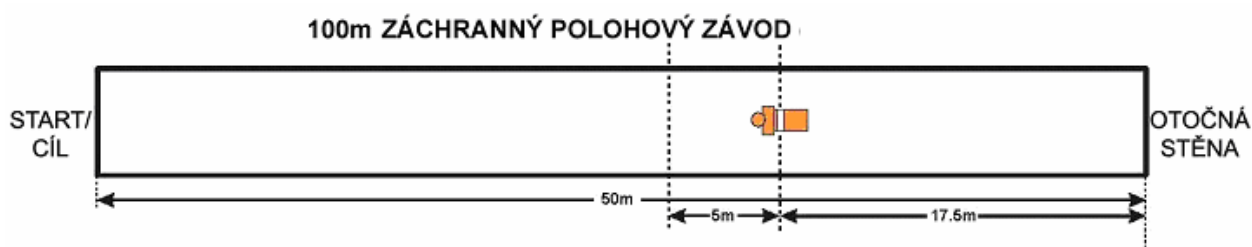
- Špatný start;
- Pomáhání si pomocí jakéhokoliv vybavení bazénu – s výjimkou dna bazénu při vynořování modelu;
- Vynoření hlavy prvního modelu až za 5m dráhou;
- Nenesení modelu v nesprávné pozici před tím, než jejího hlava mine 5m dráhu;
- Použití nesprávné techniky tažení, vlečení modelu;
- Neudržení úst a nosu modelu nad hladinou;
- Netažení modelu s plně nataženým lanem nebo bez smyčky napříč nebo přes 1 rameno během přibližování se k modelu;
- Neupuštění modelu pomocníkem ihned poté, co se soutěžící dotkne otočného kraje;
- Tlačení modelu pomocníka směrem k soutěžícímu nebo k cílovému kraji;
- Nesprávné polohy modelu pomocníkem, nebo dotýkání se modelu pomocníkem poté, co se soutěžící dotknut otočného kraje;
- Vstoupení pomocníka do vody;
- Nedotknutí se kraje bazénu před uchopením modelu nebo záchranného pásu k jejímu zabezpečení, v rámci 5m vyznačené dráhy;
- Nesprávné připevnění záchranného pásu k modelu (např. ne kolem těla a pod oběma pažemi);
- Strkání nebo tažení modelu namísto vlečení;
- Vlečení modelu s neúplně nataženým lanem záchranného pásu;
- Neudržení úst a nosu modelu nad hladinou (viz Model);
- Nedotknutí se cílové stěny;
- Dotknutí se cílového břehu bez záchranného pásu a modelu na předepsaném místě;

3.6 DISCIPLINA A.6. – 100m ZÁCHRANNÝ POLOHOVACÍ ZÁVOD

3.6.1 Popis disciplíny

- (1) Startuje se na akustický signál skokem do vody, závodník plave 50 m volným způsobem k obrátkové stěně, po obrátce se musí potopit a plave pod vodou k ponořenému modelu, který je umístěn ve vzdálenosti **17,5m** od břehu .
- (2) Závodník vytahuje model v 5-ti metrovém pásmu a následně doplave s modelem zbývající úsek k cílové stěně.
- (3) Závodníci se mohou nadechnout během obrátky, ale ne poté, co se již odrazí od obrátkové stěny. Nádech může být proveden až po vynoření s modelem.
- (4) Závodníci se mohou odrazit ode dna, když vytahují model.

obrázek č. 6. Schéma disciplíny



3.6.2 Vybavení

- (1) Model: Je zcela naplněn vodou a uzavřen.
- (2) Umístění modelu: model je umístěn v hloubce od 1,8 m do 3 m. Tam, kde je hloubka větší jak 3m je model umístěn na plošinu (nebo jinou podporu) do pozice v odpovídající hloubce.
- (3) Model je položen na zádech, hlavou směrem k cíli, osa uložení hrudníku je 17,5 m pro muže i ženy od obrátkové stěny.

3.6.3 Vytažení modelu

- (1) Závodníci musí vytáhnout model minimálně jednou rukou, model musí být ve správné pozici (pro následné tažení) nad hladinou, než vrchol hlavy modelu dosáhne vzdálenosti 5-ti metrové vzdálenosti od místa, kde model ležel viz. popis disciplíny.

3.6.4 Techničtí rozhodčí

- (1) 4 rozhodčí hodnotí, zda závodníková technika je v souladu s pravidly disciplíny

3.6.5 Diskvalifikace

- (1) Kromě platných pravidel pro diskvalifikaci bude důvodem k diskvalifikaci:
 - Špatný start;
 - Vyplavání na povrch po obrátce a vynoření před vyzdvižením modelu;
 - Nádech po tom, co nohy opustily obrátkovou stěnu a před vynořením se s modelem;
 - Pomoc od bazénového vybavení (např. dráha, provaz, schody atd.);

- Vynoření hlavy modelu (vrchní část hlavy modelu) za 5-ti metrovou hranicí;
- Použití nesprávné techniky tažení;
- Neudržování úst a nosu modelu nad vodní hladinou (tažení);
- Uvolnění modelu ještě před dotykem na cílovou stěnu;
- Nedotknutí se cílové stěny;

3.7 DISCIPLINA B.1. – 4 x 25m ŠTAFETA TAŽENÍ MODELU

3.7.1 Popis disciplíny

- (1) Čtyři závodníci postupně táhnou model, každý přibližně 25 m.
- (2) První závodník startuje z vody držíce model v jedné ruce (ústa a nos modelu jsou nad hladinou) a druhou rukou se drží bazénové stěny. Na akustický signál závodník táhne model do vzdálenosti přibližně 25 m do středu bazénu a podá ho druhému závodníkovi uvnitř zóny určené pro předávku, která je dlouhá 4 m, její začátek je na 23 m a konec na 27 m. Model musí být stále držen jedním ze soutěžících.
- (3) Druhý závodník táhne model k obrátkové stěně, kde se dotkne a poté předá model třetímu závodníkovi, který se drží alespoň jednou rukou obrátkové stěny. Třetí závodník se může dotknout modelu teprve potom, co se druhý závodník dotkne obrátkové stěny.
- (4) Třetí závodník táhne model přibližně 25 m a předá ho čtvrtému závodníkovi v předávací zóně mezi 73 m a 77 m. Model musí být stále držen jedním ze soutěžících.
- (5) Čtvrtý závodník dokončuje disciplínu tažením modelu k cílové stěně a dotykem jakékoliv části těla na cílovou stěnu.
- (6) Závodníci nesmějí pustit model dokud ho další závodník neuchopí (tzn., že jedna ruka musí být vždy v kontaktu s modelem).
- (7) Předávací zóna je uprostřed bazénu a měla by být označena dvěma lany s vlaječkami a to ve vzdálenosti 23 m / 77 m a 27 m / 73 m. Lano je umístěno 1,5m -2 m nad hladinou.

obrázek č. 7. Schéma disciplíny



3.7.2 Vybavení

- (1) Model je zcela naplněn vodou a uzavřen.

3.7.3 Techničtí rozhodčí

- (1) 4 rozhodčí hodnotí, zda závodníková technika je v souladu s pravidly a popisem disciplíny

3.7.4 Diskvalifikace

- (1) Kromě platných pravidel VZS pro diskvalifikaci bude důvodem k diskvalifikaci:

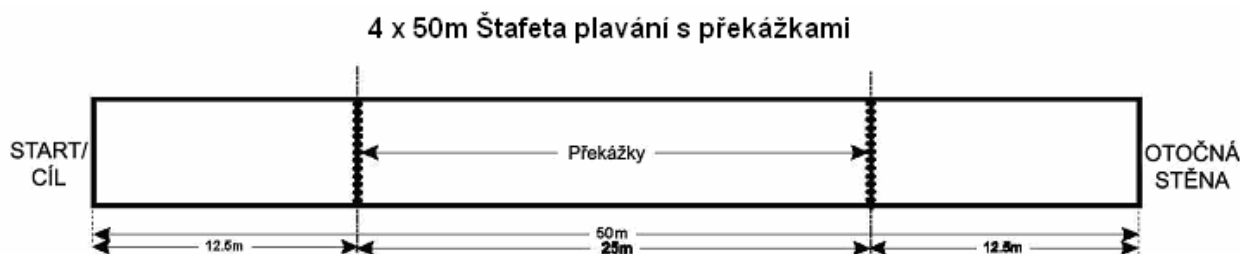
- Špatný start;
- Nedržení obličeje modelu při startu alespoň jednou rukou nad vodou;
- Použití nesprávné techniky tažení viz.propozice;
- Neudržování úst a nosu modelu nad vodní hladinou (při tažení i předávce);
- Použití bazénového vybavení (např. dráha, provaz, schody atd.);
- Předání před nebo za označenou předávací zónou;
- Předání před tím než se druhý závodník dotkne stěny bazénu, třetí závodník se nedotýká stěny bazénu;
- Puštění (ztráta) modelu před předávkou;
- Uvolnění (ztráta) modelu před dotykem cílové stěny bazénu;
- Nepředání z ruky do ruky při předávce. (ztráta, hození modelu);
- Nedotknutí se cílové stěny;

3.8 DISCIPLINA B.2. – 4 x 50m ŠTAFETA PLAVÁNÍ S PŘEKÁŽKAMI

3.8.1 Popis discipliny

- (1) Startuje se na akustický signál skokem do vody, první závodník plave 50 m volným způsobem a podplave 2 překážky. Po jeho dotyku na obrátkovou stěnu startuje druhý závodník a stejným způsobem se vystřídá i třetí a čtvrtý závodník.
- (2) Po skoku do vody závodník musí protnout hladinu (vynořit se) před 1. překážkou a poté pokaždé mezi jednotlivými překážkami.
- (3) Závodníci se mohou odrazit ode dna bazénu, když se vynořují zpod překážek.
- (4) Protnutí hladiny (vynoření se) znamená to, že závodníkova hlava protne hladinu vody.
- (5) V plavání do překážky nebo jiné naražení není chování, jež způsobuje diskvalifikaci.

obrázek č. 8. Schéma discipliny



3.8.2 Vybavení

- (1) Překážky: Překážky by měly být připevněny svisle na provazech příčně přes všechny dráhy. První překážka je umístěna 12,5 m od startovní stěny a druhá překážka 12,5 m od obrátkové stěny. Vzdálenost mezi dvěma překážkami je 25 m.

3.8.3 Techničtí rozhodčí

- (1) 4 rozhodčí hodnotí, zda závodníkova technika je v souladu s pravidly a popisem disciplíny.

3.8.4 Diskvalifikace

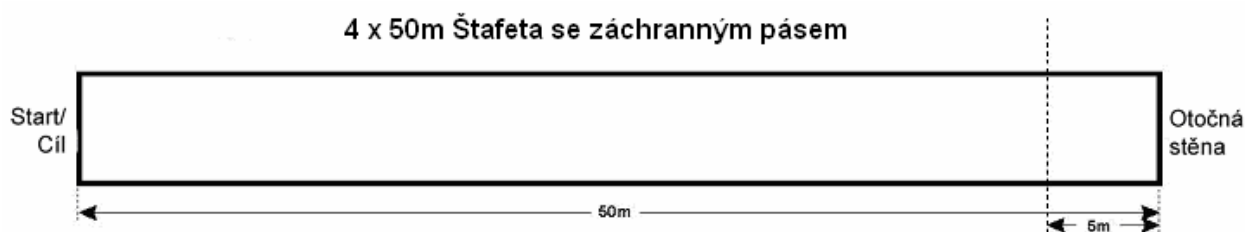
- (1) Kromě platných pravidel VZS pro diskvalifikaci bude důvodem k diskvalifikaci následující chování:
- Špatný start;
 - Přeplování přes překážku bez toho, že se soutěžící vrátí před tuto překážku a následného podplavání;
 - Proplavání překážkou;
 - Nevynoření se po startu před překážkou;
 - Nevynoření se mezi překážkami;
 - Jeden závodník plave dva nebo víc úseků disciplíny;
 - Nedotknutí se obrátkové stěny během obrátky;
 - Nedotknutí se cílové stěny;

3.9 DISCIPLINA B.3. – 4 x 50m ŠTAFETA SE ZÁCHRANNÝM PÁSEM

3.9.1 Popis disciplíny

- (1) Startuje se na akustický signál skokem do vody, první závodník plave 50 m volným způsobem bez ploutví.
- (2) Po doteku prvního závodníka obrátkové stěny, skáče do vody druhý závodník a plave 50 m volným způsobem s ploutvemi.
- (3) Po dotyku druhého závodníka stěny skáče do vody třetí, který plave 50 m volným způsobem se záchranným pásem. Po dotyku obrátkové stěny, třetí závodník předá záchranný pás čtvrtému, který je ve vodě, má ploutve a alespoň jednou rukou se drží obrátkové stěny. Třetí závodník, který hraje tonoucího se chytne oběma rukama záchranného pásu a je tažen čtvrtým závodníkem do cíle.
- (4) Čtvrtý i třetí závodník musí opustit obrátkovou stěnu. Tonoucí musí být v kontaktu se záchranným pásem před hranicí 5m pásma.
- (5) Disciplína je dokončena, když se čtvrtý závodník dotkne cílové stěny bazénu a zároveň se tonoucí musí držet záchranného pásu.
- (6) Tonoucí může během tažení kopat, ale každá další pomoc je zakázána.
- (7) Tonoucí musí uchopit a držet se hlavní část záchranného pásu - ne lana či klipsu.

obrázek č. 9. Schéma disciplíny



3.9.2 Vybavení

- (1) Záchranný pás, plavecké ploutve

3.9.3 Start se záchranným pásem

- (1) Při startu musí být záchranný pás a lano umístěno v rámci příslušné dráze. Lano záchranného pásu musí být ihned po startu plně nataženo.

3.9.4 Nasazení záchranného pásu

- (1) Záchranné pásy musí být správně nasazeny, smyčkou napříč nebo kolem 1 ramene. Při přibližování se k oběti je záchranný pás tažen za soutěžícím s plně nataženým lanem.
- (1) Za předpokladu, že záchranný pás byl nasazen správně, není důvod k diskvalifikaci, pokud smyčka během přibližování se k oběti nebo během jejího tažení sklouzne na paži nebo zápěstí soutěžícího.

3.9.5 Tažení oběti

- (1) Soutěžící musí táhnout oběť s plně nataženým lanem záchranného pásu.

3.9.6 Nasazení ztracených ploutví

- (1) Soutěžící si mohou znovu nasadit ploutve ztracené po startu a tým může pokračovat v disciplíně. Týmu nebude povoleno startovat znovu v dalším přípravném závodě.

3.9.7 Závada na záchranném pásu

- (1) Pokud se dle názoru rozhodčího na záchranném pásu, laně nebo popruhu (pásu) vyskytne během disciplíny technická závada, rozhodčí může týmu povolit, aby zopakoval závod.

3.9.8 Techničtí rozhodčí

- (1) 4 rozhodčí hodnotí, zda závodnickova technika je v souladu s pravidly a popisem disciplíny.

3.9.9 Diskvalifikace

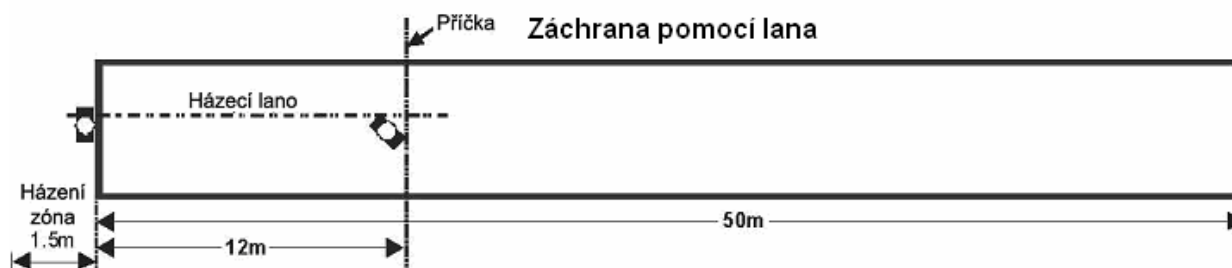
- (1) Kromě platných pravidel VZS pro diskvalifikaci bude důvodem k diskvalifikaci:
 - Špatný start;
 - Druhý a třetí závodník odstartují před dotekem předcházejícího závodníka;
 - Čtvrtý závodník bere záchranný pás před tím než se třetí závodník dotkne obrátkové stěny;
 - Tonoucí s 4. závodníkem neopouští obrátkovou stěnu (oba závodníci se mohou odrazit od stěny);
 - Tonoucí se drží za lano či klips záchranného pásu;
 - Tonoucí pomáhá rukama nebo se nedrží záchranného pásu oběma rukama;
 - Tonoucí ztratí kontakt se záchranným pásem za 5 m hranicí 4. úseku;
 - Jeden závodník absolvuje dva či více úseků (nepočítá se třetí závodník, který hraje tonoucího);
 - Nedotknutí se cílové stěny;

3.10 DISCIPLINA A.7. – ZÁCHRANA POMOCÍ LANA

3.10.1 Popis disciplíny

- (1) V této časované disciplíně, soutěžící hodí nezatížené lano druhému členu týmu, který je ve vodě, asi v 12m vzdálenosti a táhne ho jako „oběť“ k cílovému břehu bazénu.

obrázek č. 10. Schéma disciplíny



3.10.2 Vybavení

- (1) Lano: Lano musí být dlouhé v rozmezí 16,5 m a 17,5 m.(průměr 6-8mm)
- (2) Příčná čára: (nehybná):je umístěna na hladině napříč každé dráhy ve vzdálenosti 12 m od startovacího břehu bazénu.
- (3) Značka: je umístěna na příčné čáře uprostřed dráhy jasně označuje bod, za který se drží oběť.

3.10.3 Start

- (1) Po dlouhém zapískání vkročí soutěžící do házecí zóny. Házející drží jeden konec lana. „Oběť“ vezme lano, vstoupí do vody a natáhne zbytek lana přes a za příčku v příslušné dráze.
- (2) Na příkaz startéra „na místa“, soutěžící i oběť okamžitě zaujmou startovací pozici. Když jsou soutěžící nehybní, startér vydá zvukový startovací signál.

3.10.4 Startovací pozice

- (1) Soutěžící startuje tváří k oběti, nehybně, s nohama u sebe a s pažemi narovnanými dolů a podél těla. Konec házecího lana drží v jedné ruce. Oběť přešlapuje ve vodě, uprostřed dráhy, na bližší straně příčky. Oběť se drží (1 nebo 2 rukama) házecího lana a zároveň místa vyznačeného na příčce.
- (2) Na zvukový startovací signál soutěžící navine lano, hodí jej zpět oběti a táhne ji vodou dokud se nedotkne cílového břehu.
- (3) Oběť zůstává ve vodě a soutěžící v odhodové zóně, dokud rozhodčí nesignalizuje ukončení disciplíny.

3.10.5 Regulérní hod

- (1) Oběti mohou uchopit lano, pouze když spadne do jejich dráhy a v jejich dosahu bez uvolnění stisku na vyznačeném místě příčky. Oběti se nesmí potopit, aby chytili lano.

3.10.6 Oběť

- (1) Oběť ve vodě je členem stejného družstva jako závodník (záchranář).

3.10.7 Tažení vodou

- (1) Během tažení k cílovému břehu, musí být oběť ve své dráze a držet lano oběma rukama. Z bezpečnostních důvodů může oběť jednou rukou lano pustit, aby se dotkla stěny. Toto nezpůsobí diskvalifikaci.

3.10.8 Házečí zóna

- (1) Zachránce musí zůstat na ploše bazénu a v příslušné dráze, okolí bazénu jasně definovaném značkou 1,5m od břehu bazénu. Je-li část okolí bazénu vyvýšená, čára bude 1.5m od ploché strany vyvýšené části.
- (2) Zachránce nesmí přešlápnout vně házečího prostoru, ani opustit házečí prostor. Opustit házečí prostor mohou, až na signál hlavního rozhodčího disciplíny
- (3) Zachránci, kteří vstoupí (nebo spadnou) do vody budou diskvalifikováni.

3.10.9 Časový limit

- (1) Soutěžící musí provést regulérní hod a táhnout oběť k cílovému břehu během 30 sekund. Je-li hod příliš krátký nebo dopadne-li mimo příslušnou dráhu, soutěžící musí upravit lano a házet znovu tolikrát, jak je to nezbytné, až do 30-sekundového limitu. Soutěžící, kterým se nepodaří dostat oběť k cílovému břehu během 30 sekund do ukončovacího signálu budou označeni jako „Nedokončili“ (DISK) a bude přiřazen čas 30 s.

3.10.10 Techničtí rozhodčí

- (1) Rozhodčí by měl být určen pro každou dráhu a umístěn za závodníkem (házečem) a má zřetelný výhled na dráhu. Rozhodčí by měl být umístěn na každé straně bazénu ve vzdálenosti 12 m.

3.10.11 Diskvalifikace

- (1) Kromě platných pravidel VZS pro diskvalifikaci může být důvodem k diskvalifikaci:
 - Špatný start;
 - Oběť pohne rukou z určené značky na příčce před uchopením lana;
 - Oběť se ponoří, aby uchopila lano;
 - Oběť uchopí lano, když spadne mimo jeho dráhu;
 - Oběť není otočená dopředu, když je tažena k cílovému břehu;
 - Oběť nedrží lano oběma rukama, když je tažena k cílovému břehu;
 - Oběť opustí vodu před 30 sekundovým ukončovacím signálem;
 - Zachránce šlápne vně házečího prostoru, kdykoliv po startu a před 30 sekundovým ukončovacím signálem;
 - Nezdar dostat oběť k cílovému břehu dřív, než zazní 30 sekundovým ukončovacím signál;
 - Nedokončení disciplíny podle popisu disciplíny;