

## COOL RACE ПРАВИЛА ПРОВЕДЕННЯ

### 1. Майданчик для проведення

Майданчик для проведення Cool Race (далі – Майданчик) облаштовується на рівній неслизькій поверхні, наприклад – футбольному полі з трав'яним або штучним покриттям.

Майданчик представляє з себе п'ять бігових зон, кожна з яких розпочинається лінією старту, завершується лінією фінішу та розбивається між ними на п'ять рівних частин лініями рубежів. Розмітка Майданчику та рекомендовані розміри наведені на Рис. 1.

За наявності можливостей посередині впоперек через усі п'ять бігових зон облаштовується несуча конструкція, яка представляє собою ще один рубіж (Рубіж 3 на Рис. 1).

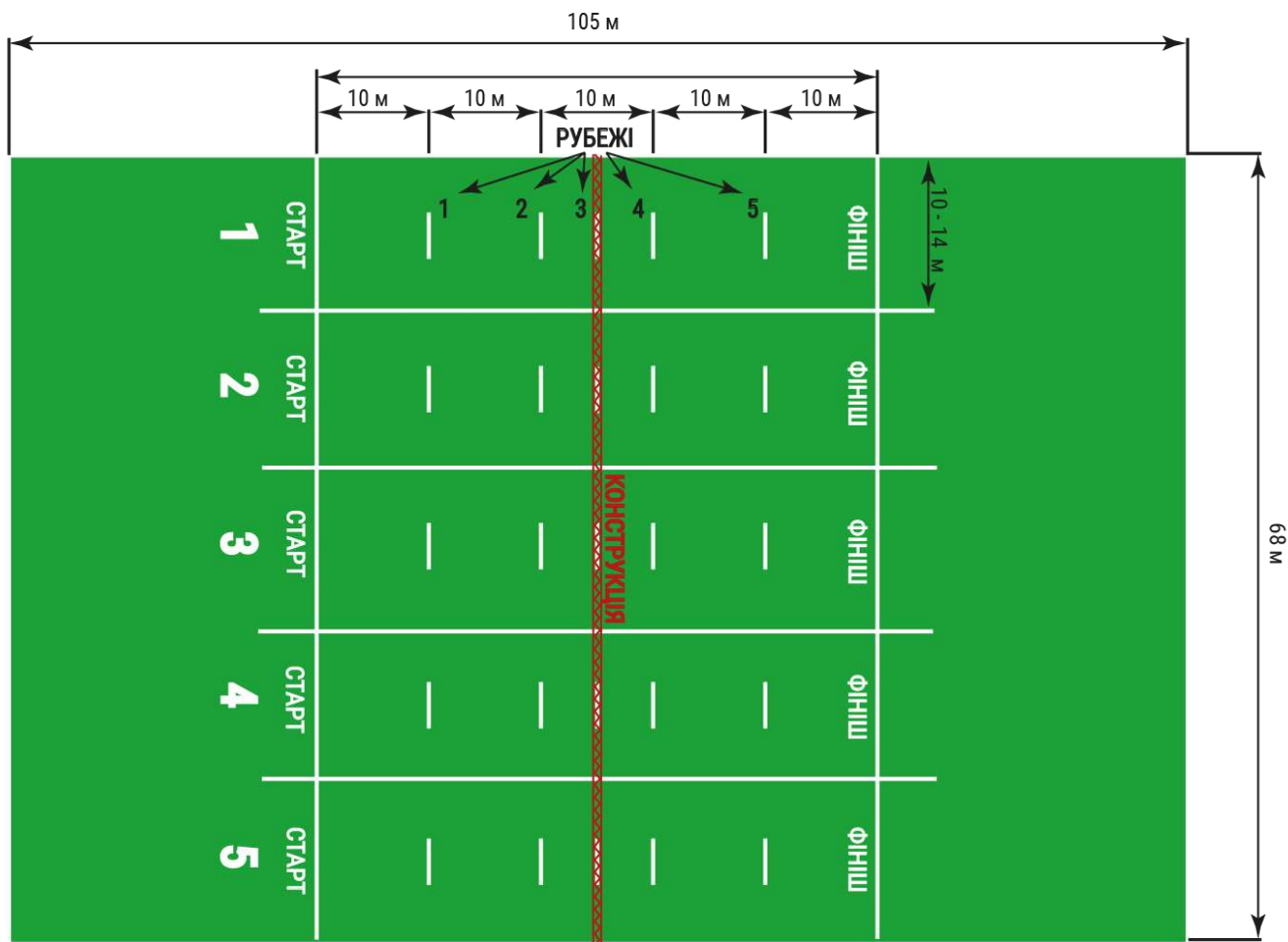


Рис. 1. Рекомендована (типова) розмітка майданчика для Cool Race

### 2. Суддівська колегія

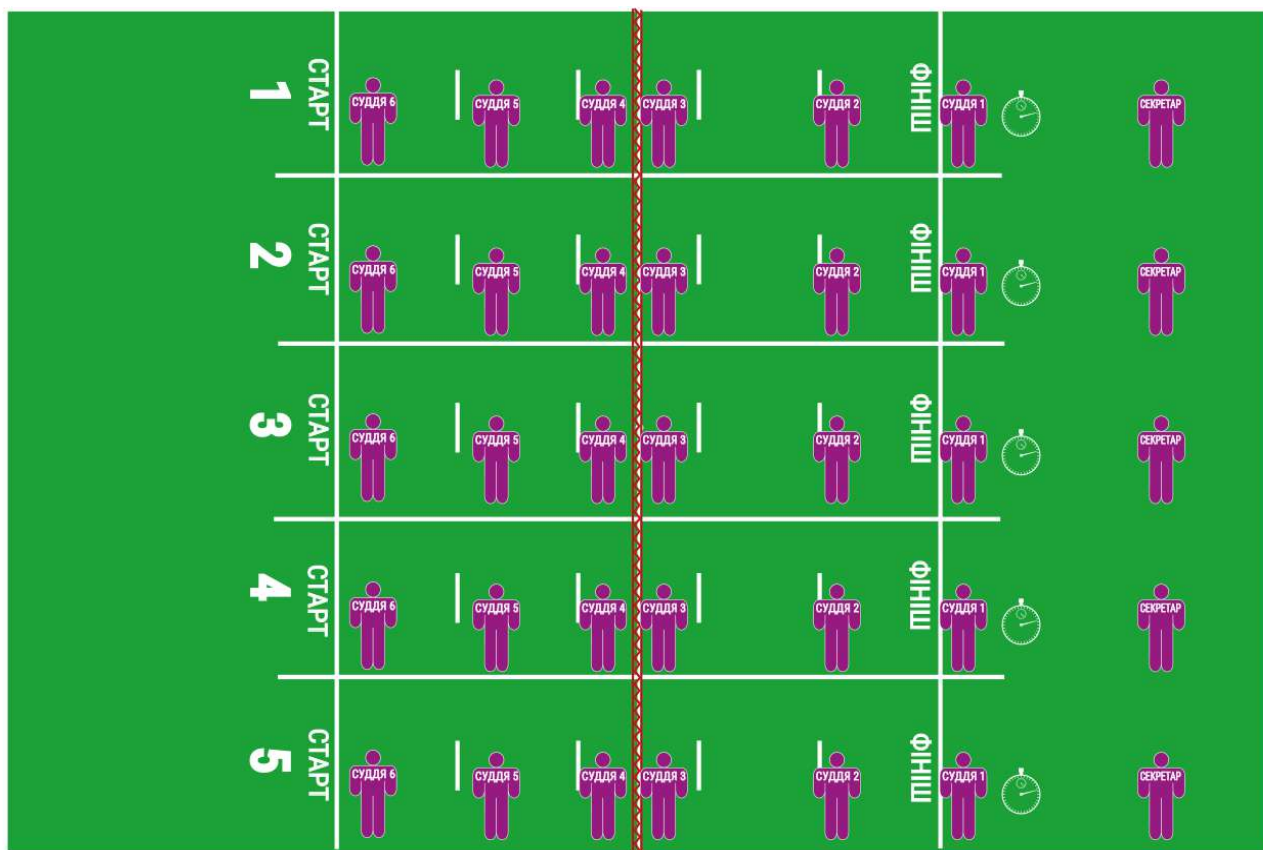
2.1. Суддівство Cool Race здійснює суддівська колегія, яка включає Головну суддівську колегію і Суддівську колегію.

2.2. Головна суддівська колегія складається з Головного судді, Головного секретаря, Головного лікаря, Коменданта, Головного інспектора, Голови апеляційного журі.

2.3. Суддівська колегія складається з суддів, секретарів та допоміжного персоналу. Суддями керує головний суддя, секретарями – головний секретар, допоміжним персоналом – головний лікар, комендант, головний інспектор або голова апеляційного журі у межах повноважень.

2.4. Судді розбиваються на суддівські бригади у складі: 6 (у випадку електронної системи фіксації результату – 5) суддів і 1 секретар.

2.5. Кожну бігову зону обслуговує одна суддівська бригада. Розміщення суддівських бригад наведено на Рис. 2.



**Рис. 2. Розташування суддівських бригад під час проведення Cool Race**

2.6. В кожній суддівській бригаді судді виконують наступні функції:

- суддя 1 – фіксує фініш учасника та (у разі відсутності системи автоматичної фіксації часу) – час за який учасник подолав відстань і повідомляє секретарю бригади;
- суддя 2 – слідкує за дотриманням учасником правил під час проходження ним перешкоди, передбаченої Регламентом змагань на останньому рубежі забігу;
- судді 3-4 – слідкують за дотриманням учасником правил під час проходження ним перешкод, передбачених Регламентом змагань на 2, 3 і 4 рубежах забігу;
- суддя 5 – є Ведучим рефері суддівської бригади, слідкує за дотриманням учасником правил під час проходження ним перешкоди, передбаченої Регламентом змагань на першому рубежі забігу, а також контролює відповідність учасника секретарським документам перед початком забігу (у разі відсутності судді 6);
- суддя 6 – є Ведучим рефері суддівської бригади, присутній тільки у випадку, якщо фіксація часу проходження учасником дистанції здійснюється без використання автоматичної системи. Контролює відповідність учасника секретарським документам перед початком забігу, фіксує для учасника фальш-старт;
- секретар – перевіряє відповідність учасника і доріжки, передбаченої протоколами змагань, фіксує документально час, продемонстрований учасником на дистанції.

2.7. Секретарі передають зафіксовані результати головному секретарю. Головний секретар вносить їх в підсумковий протокол.

2.8. Склад суддівських бригад визначає Головний суддя поза Майданчиком. На Майданчику судді не можуть змінювати суддівські бригади.

2.9. Всі суддівські бригади можуть бути замінені виключно після проходження всіма учасниками певного етапу змагань.

### 3. Проведення забігу

3.1. Учасники можуть виходити на майданчик виключно на запрошення головного судді або уповноваженої офіційної особи.

- 3.2. Учасникам дозволяється знаходитись між лініями «Старт» і «Фініш» своєї бігової зони виключно під час забігу. Учасник не може забігати на сусідню бігову зону та якимось іншим чином заважати супернику долати дистанцію.
- 3.3. Після запрошення головного судді «Учасники – на майданчик!» учасники забігу розташовуються у відповідній біговій зоні, указані секретарем змагань. Суддя при старті перевіряє відповідність учасника біговій зоні.
- 3.4. За командою «На старт!» кожен учасник підходить до лінії «Старт» та займає положення, з якого він стартуватиме.
- 3.5. За командою «Увага!» – учасник займає положення уваги, що безпосередньо передує старту.
- 3.6. Команда «Руш!» віддається за допомогою спеціального акустичного сигналу (постріл, сирена або підсилена гучномовцями команда «Руш!»).
- 3.7. По команді «Руш!» учасник долає кожен з перешкод, розміщену між лініями «Старт» і «Фініш» та перетинає лінію «Фініш».
- 3.8. Після завершення забігу кожен учасник повинен знаходитися в межах своєї бігової зони.
- 3.9. Коли всі учасники забігу фінішували за командою головного судді «Учасники вільні!» всі вони покидають майданчик.
- 3.10. Головний суддя запрошує наступні 5 учасників і все повторюється.

#### 4. Фіксація часу

- 4.1. Команда «Руш!» віддається за допомогою акустичної системи, яка повинна гарантувати одночасне донесення команди до кожного учасника забігу і до суддів, якщо вони фіксують час.
- 4.2. Час може фіксуватися автоматично за допомогою спеціальної системи або суддями за допомогою секундомірів.
- 4.3. У разі, якщо фіксація часу проходження дистанції здійснюється за допомогою секундомірів, то всі судді розпочинають відлік часу одночасно – одразу після звукового сигналу «Руш!» і зупиняють секундомір одразу після перетину учасником лінії «Фініш».
- 4.4. Якщо учасник пересікає лінію «Старт» до відповідної команди, найближчий суддя бригади, що обслуговує цю бігову зону, фіксує фальш-старт. Процедура старту при цьому виконується поза залежністю чи встиг повернутися учасник на вихідний рубіж чи ні, відповідно і відлік часу розпочинається за командою «Руш!» а не за фактом початку бігу учасником.
- 4.5. Фіксація часу між командою «Руш!» і фінішем учасника не зупиняється. Якщо забіг для одного або більше учасників перешкоджується об'єктивними причинами, то здійснюється повторний старт для всіх учасників забігу, крім тих, хто вже фінішував. Перед повторним забігом учасникам повинна бути надана можливість відпочити.

#### 5. Правила, спільні для всіх перешкод Cool Race

- 5.1. Правило «За лінією» – учасник не може наступати або торкатися лінії в будь-яких ситуаціях, у яких для виконання завдання він повинен знаходитися за певною лінією. Якщо учасник порушив це правило, він зобов'язаний повернутися в положення «За лінією» і лише тоді продовжувати рух по дистанції.
- 5.2. Учаснику заборонено забігати на бігові зони суперників чи заважати їм у будь-який інший спосіб. Якщо учасник порушив це правило, він дискваліфікується. Якщо при цьому він завадив супернику, то здійснюється повторний старт для учасників забігу (відповідно п.п. 4.5. цих Правил), крім дискваліфікованого.
- 5.3. Фіксація – суддя підіймає пряму руку вгору, демонструючи, що він зафіксував факт проходження учасником певних частин дистанції (подолання перешкоди, виконання необхідної кількості повторень, перетин лінії «Фініш» тощо). Якщо учасник продовжив рух до фіксації суддею (крім випадку перетин лінії «Фініш»), діє покарання правила «За лінією».
- 5.4. Фіксація порушення правил – якщо учасник порушує загальні правила Cool Race або правила конкретної перешкоди, суддя фіксує порушення правил, при цьому другою рукою указує на місце, де це порушення відбулося. Учасник повинен повернутися на це місце і продовжити рух тільки після цього. Час при цьому не зупиняється.



## 6. Правила, специфічні для певних перешкод

Назва перешкоди	Завдання	Правила
1	2	3
<b>Мішок</b>	Кидати мішок у напрямку наступної лінії до повного перетину її мішком.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Учасник виконує кидки, <b>не зрушуючи стоп обох ніг з місця</b>, будь-яким зручним для нього способом.</li> <li>Перший кидок учасник виконує з положення «За лінією» лінії рубежу. Кожен наступний кидок учасник виконує з місця, яке визначається за доторком ніг учасника до мішка, що лежить на землі після попереднього кидка.</li> <li>Всі кидки учасник виконує без команди судді – по готовності.</li> <li>Суддя слідкує, щоб: <ul style="list-style-type: none"> <li>– учасник не рухав стопи уперед під час виконання кидка;</li> <li>– під час доторку учасник не зсунув мішок уперед;</li> <li>– учасник не викинув мішок на бігову зону суперника.</li> </ul> </li> <li>Суддя не втручається в дії учасника, лише у встановлений цими Правилами спосіб фіксує порушення і завершення виконання завдань перешкоди.</li> </ol>
<b>Бар'єри</b>	Подолати дистанцію Перестрибуючи через перешкоди висотою 0,4 м. та проходячи під перешкодами висотою 1 м.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Учасник рухається будь-яким зручним для нього способом.</li> <li>Суддя слідкує за тим, щоб учасник пройшов дистанцію у встановлений правилами перешкоди спосіб.</li> <li>Суддя не втручається в дії учасника, лише у встановлений цими Правилами спосіб фіксує порушення і завершення виконання завдань перешкоди.</li> </ol>
<b>Вершини</b>	Подолати дистанцію пройшовши по вершинам паралелепіпедів	<ol style="list-style-type: none"> <li>Учасник рухається по трапеціям будь-яким зручним для нього способом.</li> <li>Якщо учасник торкається землі, він повинен продовжити рух з місця, де останній раз знаходився на трапеції.</li> <li>Суддя не втручається в дії учасника, лише у встановлений цими Правилами спосіб фіксує порушення і завершення виконання завдань перешкоди.</li> </ol>
<b>Гора</b>	По канатній сітці перелізти через перекладину і з'їхати з гірки вниз	<ol style="list-style-type: none"> <li>Учасник рухається по снаряду будь-яким зручним для нього способом.</li> <li>Якщо учасник торкається землі, він повинен продовжити рух з місця, де останній раз знаходився на снаряді.</li> <li>Суддя не втручається в дії учасника, лише у встановлений цими Правилами спосіб фіксує порушення і завершення виконання завдань перешкоди.</li> </ol>
<b>Колода плоска</b>	Подолати дистанцію пройшовши по колоді	<ol style="list-style-type: none"> <li>Учасник повинен пробігти по колоді ногами.</li> <li>Якщо учасник торкається землі, він повинен продовжити рух з місця, де останній раз знаходився на колоді.</li> <li>Суддя не втручається в дії учасника, лише у встановлений цими Правилами спосіб фіксує порушення і завершення виконання завдань перешкоди.</li> </ol>
<b>Колода кругла</b>	Проповзти по колоді	<ol style="list-style-type: none"> <li>Учасник повинен проповзти по колоді будь-яким зручним для нього способом.</li> <li>Якщо учасник торкається землі, він повинен продовжити рух з місця, де останній раз знаходився на колоді.</li> <li>Суддя не втручається в дії учасника, лише у встановлений цими Правилами спосіб фіксує порушення і завершення виконання завдань перешкоди.</li> </ol>
<b>Слалом</b>	Пробігти огинаючи	<ol style="list-style-type: none"> <li>Учасник рухається по заданій траєкторії будь-яким зручним</li> </ol>



	слаломні мачти не збивши їх.	для нього способом. 2. Якщо слаломна мачта падає на землю, учасник зобов'язаний повернути її у вихідне положення. 3. Суддя не втручається в дії учасника, лише у встановлений цими Правилами спосіб фіксує порушення і завершення виконання завдань перешкоди.
<b>Острівці</b>	Подолати дистанцію почергово в шаховому порядку перестрибуючи з одного куба на інший	1. Учасник повинен після стрибка зафіксуватися на острівці. 2. Якщо учасник торкається землі, він повинен повернутися до попереднього острівця і повторити спробу. 3. Суддя не втручається в дії учасника, лише у встановлений цими Правилами спосіб фіксує порушення і завершення виконання завдань перешкоди.
<b>Прірва</b>	З мішком зайти по трапу на вершину трапеції, скинути мішок на землю, злізти з трапеції на землю	1. Учасник повинен взяти в руки мішок і з ним, будь-яким зручним для нього способом, зайти по трапу на вершину трапеції. Потім з вершини трапеції Учасник повинен скинути мішок на землю. За тим, Учасник повинен будь-яким зручним для нього способом, спуститися на землю. 2. Учасник повинен подолати дистанцію у визначеному вище порядку. 3. Суддя не втручається в дії учасника, лише у встановлений цими Правилами спосіб фіксує порушення і завершення виконання завдань перешкоди.
<b>Стіна 1</b>	Пролізти через отвір на рівні землі.	1. Учасник повинен будь-яким зручним для нього способом пролізти через отвір в Стіні на рівні землі. 2. Суддя не втручається в дії учасника, лише у встановлений цими Правилами спосіб фіксує порушення і завершення виконання завдань перешкоди.
<b>Стіна 2</b>	Пролізти через отвір на висоті 1,5 м від рівня землі	1. Учасник повинен будь-яким зручним для нього способом пролізти через отвір в Стіні на рівні 1,3 м. від землі. 2. Суддя не втручається в дії учасника, лише у встановлений цими Правилами спосіб фіксує порушення і завершення виконання завдань перешкоди.
<b>Стіна 3</b>	Перелізти через верх	1. Учасник повинен будь-яким зручним для нього способом перелізти через Стіну. 2. Суддя не втручається в дії учасника, лише у встановлений цими Правилами спосіб фіксує порушення і завершення виконання завдань перешкоди.
<b>Стрибки через скакалці</b>	Здійснити 10 стрибків через скакалку	1. Учасник виконує стрибки через скакалку зручним для нього способом. 2. Суддя фіксує виконання учасником встановленої правилами перешкоди кількості стрибків.
<b>Тунель</b>	Подолати відстань через тунель	1. Учасник долає тунель зручним для нього способом. 2. Суддя не втручається в дії учасника, лише у встановлений цими Правилами спосіб фіксує порушення і завершення виконання завдань перешкоди.