**УСЛОВИЯ**

**дистанции пешеходной «Майский гром» для группы «В»**

Дата прохождения дистанции: 13 мая 2023г.

Место дистанции: полигон «Три пещеры»

Класс дистанции: первый

Количество этапов: семь

Личное снаряжение: каска, грудная обвязка, ус, карабин

Старт первого участника: 10:30

13:30 – 14:00 перерыв на обед

На старт (старт делегациями)участник приходит, согласно жеребьёвке, с надетой системой и в каске, в одежде скрывающей запястья рук и голени ног. В случае, если у участника нет собственной системы, он может воспользоваться судейской. Если участник задержался, не явился к месту старта по времени жеребьёвки или не готов к прохождению дистанции (несоответствующая одежда, нет или неправильно завязана система, отсутствие каски), он стартует после всех участников.

Предварительные заявки присылать на электронную почту:club-vibram@mail.ru

**Этапы:**

*Блок из трёх этапов:*

**Подъём спортивным способом** – участник поднимается по склону с помощью верёвки, не выпуская её из рук.

**Траверс** – участник пристёгивается усом самостраховки к перилам и проходит траверс.

**Спуск** – участник спускается по склону с помощью верёвки, не выпуская её из рук.

**Бревно** – участник пристёгивается усом самостраховки к перилам до маркировки и проходит по бревну за маркировку.

**Параллельные перилла** – участник пристёгивается усом самостраховки к перилам до маркировки и переходит на ЦС за маркировку.

**Маятник** – участник с помощью верёвки прыгает с ИС на ЦС не касаясь земли (при касании повтор до трёх раз)

**Бревно с горизонтальным маятником** – участник с помощью верёвки, натянутой горизонтально, переходит по бревну с ИС на ЦС