



**VODNÍ ZÁCHRANNÁ SLUŽBA ČČK – MÍSTNÍ SKUPINA JABLONEC NAD NISOU**  
V. Nezvala 7a, 466 02 Jablonec nad Nisou  
e-mail: [info@vzs-jablonec.cz](mailto:info@vzs-jablonec.cz)  
<http://www.vzs-jablonec.cz>

---

**Vodní záchranná služba Českého červeného kříže  
MS Jablonec nad Nisou Vás zve na:**

**Modelový závod jednotlivců ve vodní záchrance  
O pohár primátora statutárního města Jablonec  
nad Nisou**

**„Tvrdošíjní“**



**Místo konání:** Základna Vodní záchranné služby ČČK Jablonec nad Nisou na Tajvanu,  
Jablonec nad Nisou  
GPS: 50° 44' 12.365 N, 15° 10' 34.947 E

**Datum:** sobota 22. 8. 2015, start 09:00 hodin



## Obsah

<b>1</b>	<b>Program závodů .....</b>	<b>3</b>
1.1	Pátek 21. srpna 2015.....	3
1.2	Sobota 22. srpna 2015 .....	3
1.3	Neděle 23. srpna 2015 .....	3
1.4	Změna programu.....	3
<b>2</b>	<b>Všeobecná ustanovení.....</b>	<b>4</b>
2.1	Pořadatel .....	4
2.2	Místo konání .....	4
2.3	Datum konání .....	4
2.4	Soutěžní kategorie .....	4
2.5	Přihlášky .....	4
2.6	Podmínky účasti .....	4
2.7	Ředitelství závodu .....	4
2.8	Ubytování .....	5
2.9	Stravování.....	5
2.10	Ceny .....	5
<b>3</b>	<b>Technická ustanovení.....</b>	<b>6</b>
3.1	Losování .....	6
3.2	Vybavení a výstroj.....	6
3.3	Protesty a námítky .....	6
<b>4</b>	<b>Popis a pravidla hlavního závodu .....</b>	<b>7</b>
4.1	Obecná ustanovení.....	7
4.2	Start.....	7
4.3	Disciplína č. 1 – hod záchranným kruhem .....	7
4.4	Disciplína č. 2 – plavání .....	8
4.5	Disciplína č. 3 – surfový plovák.....	9
4.6	Disciplína č. 4 – veslice a běh .....	10
4.7	Disciplína č. 5 – KPR .....	10
4.8	Diskvalifikace.....	11
4.9	Grafické znázornění celého závodu.....	11
<b>5</b>	<b>Sponzoři.....</b>	<b>12</b>
<b>6</b>	<b>Elektronické informace .....</b>	<b>14</b>



## **1 Program závodů**

### **1.1 Pátek 21. srpna 2015**

- 16:00 – 21:00 – příjezd a prezentace účastníků v místě konání závodu
- Přesný časový harmonogram závodů bude upřesněn při prezentaci účastníků
- Pokud víte, že se na místo nedostavíte do 21.00 hodin a nestihnete tak prezentaci, oznamte to prosím předem na tel. +420 728 400 678 (Bímová Jitka)

### **1.2 Sobota 22. srpna 2015**

- 8:00 – 8:15 – příjezd a prezentace zbývajících účastníků v místě konání závodů (viz. páteční harmonogram)
- 8:20 – 8:40 – porada vedoucích družstev a účastníků, losování startovních čísel
- 8:45 – ukázkový start
- 9:00 – start závodů
- 17:00 – ukončení závodů
- 18:00 – vyhlášení výsledků a předání cen
- 19:30 – zábava, grilování, posezení s ostatními závodníky u vychlazeného piva a dobrého masa a **POZOR LETOS VÁS ČEKÁ DALŠÍ PŘEKVAPENÍ**

### **1.3 Neděle 23. srpna 2015**

- Odjezd účastníků

### **1.4 Změna programu**

- V případě nutnosti je změna programu vyhrazena. Případné drobné změny budou oznámeny nejpozději při prezentaci účastníků, popřípadě na sobotní poradě vedoucích družstev a účastníků



## 2 Všeobecná ustanovení

### 2.1 Pořadatel

- Místní skupina Vodní záchranná služba Českého červeného kříže Jablonec nad Nisou, V. Nezvala 7a, 466 02 Jablonec nad Nisou, IČO: 64668584

### 2.2 Místo konání

- Základna Vodní záchranné služby ČČK Jablonec nad Nisou na Tajvanu, Jablonec nad Nisou
- GPS: 50° 44' 12" N, 15° 10' 34" E

### 2.3 Datum konání

- 21. srpna 2015 - 23. srpna 2015
- Hlavní závod v sobotu 22. srpna 2015

### 2.4 Soutěžní kategorie

- Ženy, které dosáhnou v roce pořádání závodu 16 let a výše (ročníky 1999 a výše)
- Muži, kteří dosáhnou v roce pořádání závodu 16 let a výše (ročníky 1999 a výše)
- Open kategorie pro veřejnost

### 2.5 Přihlášky

- Přihláška zaslána v příloze
- Vyplněnou přihlášku je nutno odeslat nejpozději do 1. srpna 2015 na e-mail: [bimova@vzs-jablonec.cz](mailto:bimova@vzs-jablonec.cz)
- Přihláška musí být kompletně vyplněna
- Změny v přihláškách lze ve výjimečných případech oznámit nejpozději 24 hodin před konáním závodu

### 2.6 Podmínky účasti

- V termínu zasláná a řádně vyplněná přihláška
- Účastnický poplatek 200,- Kč na osobu (závodník), který je nutno uhradit bankovním převodem podle vystavené faktury nebo hotově při prezentaci účastníků
- Za zdravotní stav účastníků zodpovídá vedoucí výpravy
- Závodů se mohou účastnit závodníci i závodnice, kteří dosáhnou v roce konání závodu 16 let a výše. Jde o ročníky 1999 a výše. Účastníci mladší 18 let v den pořádání závodu musí dodat při prezentaci souhlas svého zákonného zástupce o účasti na závodech
- Pořadatel si vyhrazuje právo z kapacitních důvodů omezit počet startujících přihlášených závodníků. Nepřijetí závodníka bude pořadatelem oznámeno vedoucímu výpravy nejpozději do 10. srpna 2015. Tyto informace budou zveřejněny na webových stránkách [www.vzs-jablonec.cz](http://www.vzs-jablonec.cz). Případný již uhrazený účastnický poplatek bude vrácen nejpozději 20. srpna 2015

### 2.7 Ředitelství závodu

- Ředitel závodu: Jitka Bímová, [bimova@vzs-jablonec.cz](mailto:bimova@vzs-jablonec.cz), +420 733 643 217
- Technické zajištění trati: Vít Pekárek, Anna Bímová



**VODNÍ ZÁCHRANNÁ SLUŽBA ČČK – MÍSTNÍ SKUPINA JABLONEC NAD NISOU**

V. Nezvala 7a, 466 02 Jablonec nad Nisou

e-mail: [info@vzs-jablonec.cz](mailto:info@vzs-jablonec.cz)

<http://www.vzs-jablonec.cz>

---

## 2.8 Ubytování

- Ve vlastních stanech a spacácích v místě pořádání závodu, ve společném velkém vojenském stanu
- V případě zájmu možno zařídit ubytování na ubytovně v ceně 250,- Kč/osoba/noc

## 2.9 Stravování

- V hodnotě startovného je zahrnut oběd a večeře + pití

## 2.10 Ceny

- Vítězové obou kategorií budou následovně oceněni:
  1. místo: Pohár primátora města + poukázka na 1 500,- Kč
  2. místo: Pohár primátora města + poukázka na 1 000,- Kč
  3. místo: Pohár primátora města + poukázka na 500,- Kč
- Všichni si odvezou hodnotné ceny, jak bývá zvykem každým rokem

**TVRDOŠIJNÍ JSOU JEDINÝ ZÁVOD VE VODNÍM ZÁCHRANNÉM SPORTU,  
KDE MŮŽE BÝT VAŠE VÍTĚZSTVÍ PENĚŽNĚ OCENĚNO.**



**VODNÍ ZÁCHRANNÁ SLUŽBA ČČK – MÍSTNÍ SKUPINA JABLONEC NAD NISOU**

V. Nezvala 7a, 466 02 Jablonec nad Nisou

e-mail: [info@vzs-jablonec.cz](mailto:info@vzs-jablonec.cz)

<http://www.vzs-jablonec.cz>

---

### **3 Technická ustanovení**

#### **3.1 Losování**

- Závodníci budou startovat v pořadí, které bude určeno losováním při sobotní poradě vedoucích družstev a závodníků

#### **3.2 Vybavení a výstroj**

- Ploutve (max. délka 65 cm, max. šířka 30 cm), potápěčská maska, dýchací trubice
- Pořadatel dodá záchranný kruh, pracovní oblečení, pneumatiku, záchranný model, surfový plovák, veslici a resuscitačního manekýna

#### **3.3 Protesty a námitky**

- Protesty a námitky podávají vedoucí družstev do 15 min po ukončení závodu s vkladem 500,- Kč
- V případě zamítnutí protestu vklad propadá ve prospěch MS VZS ČČK Jablonec nad Nisou



## 4 Popis a pravidla hlavního závodu

### 4.1 Obecná ustanovení

- Závod se skládá z 5 disciplín (částí), které je nutno absolvovat ihned jednu po druhé.
- Jednotlivé disciplíny (části) na sebe ihned navazují a závodník je musí provést všechny a po sobě v daném pořadí
- Čas se měří mezi startem a cílem v disciplíně č. 4 – veslice a běh
- Výsledné pořadí závodníků určí dosažený čas po připočítání případných penalizací

### 4.2 Start

- Před startem má závodník přípravný čas 120 sekund (příprava záchranného kruhu na laně a provedení zkušebních hodů)
- Závod je odstartován ze startovní čáry. Závodník stojí před startovní čarou oblečen do mokrého zapnutého pracovního oblečení (montérky, kalhoty + blůza zapnuta nejméně na 2 knoflíky), v ruce drží záchranný kruh s plovoucím lanem o délce 15 metrů
- Na pokyn startéra se zahajuje měření času a závodník přistupuje k disciplíně č. 1 – hod záchranným kruhem

### 4.3 Disciplína č. 1 – hod záchranným kruhem

- Po pokynu startéra (viz. start) závodník hází ze břehu kruhem na cíl vzdálený 8 - 10 metrů ve vodě.
- S kruhem se hází třikrát
- Cíl nesmí být zasažen přímo ze vzduchu, uznán bude pouze kontakt cíle s kruhem, který k němu dopluje, nebo je k cíli stažen lanem. Kontakt lana s cílem je také platný
- Přešlap startovní čáry při provádění disciplíny se hodnotí jako nesprávný hod
- Po těchto třech hodech stáhne závodník záchranný kruh za startovní čáru a pokračuje ihned v disciplíně č. 2 – plavání
- Za každý nesprávný (neuznaný hod) či nestažení záchranného kruhu za startovní čáru po posledním hodu je počítána penalizace 10 sekund k celkovému času







#### 4.4 Disciplína č. 2 – plavání

- Navazuje ihned na disciplínu č. 1 – hod záchranným kruhem
- Po stáhnutí záchranného kruhu za startovní čáru závodník plave v pracovním oblečení k plastovému molu zakotvenému 50 metrů od startu
- V pětimetrovém pásmu před molem se závodník vysvěče do plavek a pracovní oblečení položí na molo (žádná část oblečení nesmí být v kontaktu s vodní hladinou)
- Na molu má závodník připravené své ABC (ploutve, masku a šnorchl). Toto ABC si závodník obléká a plave 30 metrů ke kůlu. Po celou dobu plavání musí závodník dýchat přes šnorchl a mít nasazenou potápěčskou masku
- Na kůlu je ve třech metrech umístěna pneumatika od osobního automobilu. Tu závodník vyzvedne a libovolným plaveckým způsobem ji dopraví zpět na molo, kde odloží i své potápěčské vybavení. Ženy mají místo pneumatiky od osobního automobilu připravený u kůlu záchranný model naplněný vodou, který táhnou zpět na molo (při tažení pneumatiky může mít závodník mít vyndaný šnorchl z úst)
- Po splnění této disciplíny (dotažení pneumatiky či záchranného modelu na molo a uložení ABC zpět na molo) závodník pokračuje ihned v disciplíně č. 3 – surfový plovák
- Při ztrátě jedné ploutve může závodník dále pokračovat v závodě, musí však zpět k molu doplatit minimálně s jednou ploutví na noze.
- Penalizace 10 sekund k celkovému času se uděluje za:
  - vysvěčení závodníka do plavek před pětimetrovou hranicí
  - nesprávné umístění pracovního oblečení na molu (část pracovního oblečení je v kontaktu s vodou)
  - nepoužití šnorchlu či potápěčské masky při plavání ke kůlu







#### 4.5 Disciplína č. 3 – surfový plovák

- Po vysvlečení a odložení ABC zpět na molo (předchozí disciplína) je vedle mola připraven surfový plovák, na který závodník nastoupí a odpluje k 70 metrů vzdálené bójí
- Za bójí převrácením plováku podél své podélné osy simuluje závodník naložení tonoucího
- Po dokončení simulace se závodník vrací zpět k molu, kde předá surfový plovák pořadateli a pokračuje v disciplíně č. 4 – veslice a běh
- Za neprovedení simulace naložení tonoucího za bójí je počítána penalizace 10 sekund k celkovému času





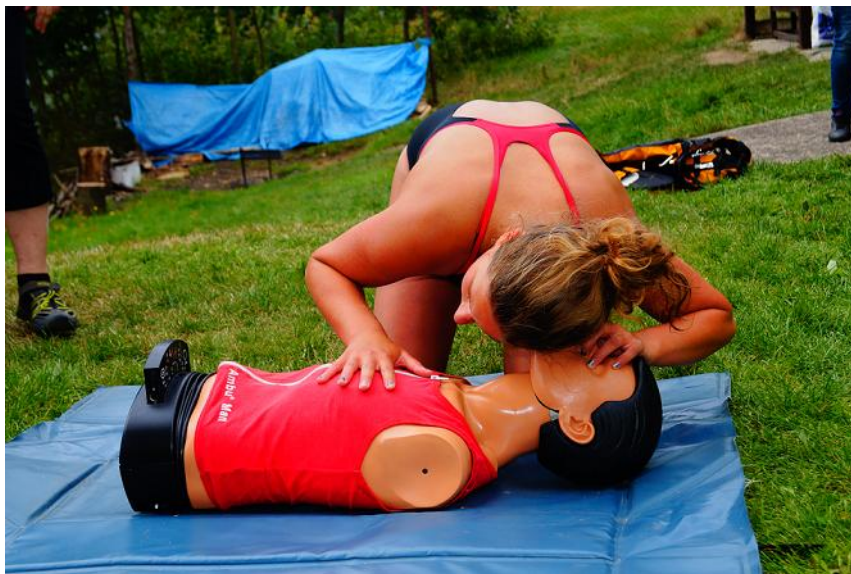
#### **4.6 Disciplína č. 4 – veslice a běh**

- Po předání surfového plováku u mola pořadateli (předchozí disciplína) usedá závodník do připravené veslice, která je přikotvena k molu
- Po nasednutí do veslice jede závodník na veslici zpět ke břehu po trati dlouhé 150 metrů, která je vyznačena bóje
- Na trati je označená bóje, kterou závodník musí objet dokola (360°)
- Po přistání u břehu uloží závodník obě vesla do lodi a loď povytažením zajistí proti uplavání
- Po zajištění lodi běží závodník do 100 metrů vzdáleného cíle. Při proběhnutí cíle je závodníkovi zastaven čas a závodník dále pokračuje k disciplíně č. 5 – KPR
- Za neobjetí označené bóje dokola (360°) je počítána penalizace 10 sekund k celkovému času
- Za nezajištění lodi proti uplavání a neuložení vesel do lodi je počítána penalizace 10 sekund k celkovému času



#### **4.7 Disciplína č. 5 – KPR**

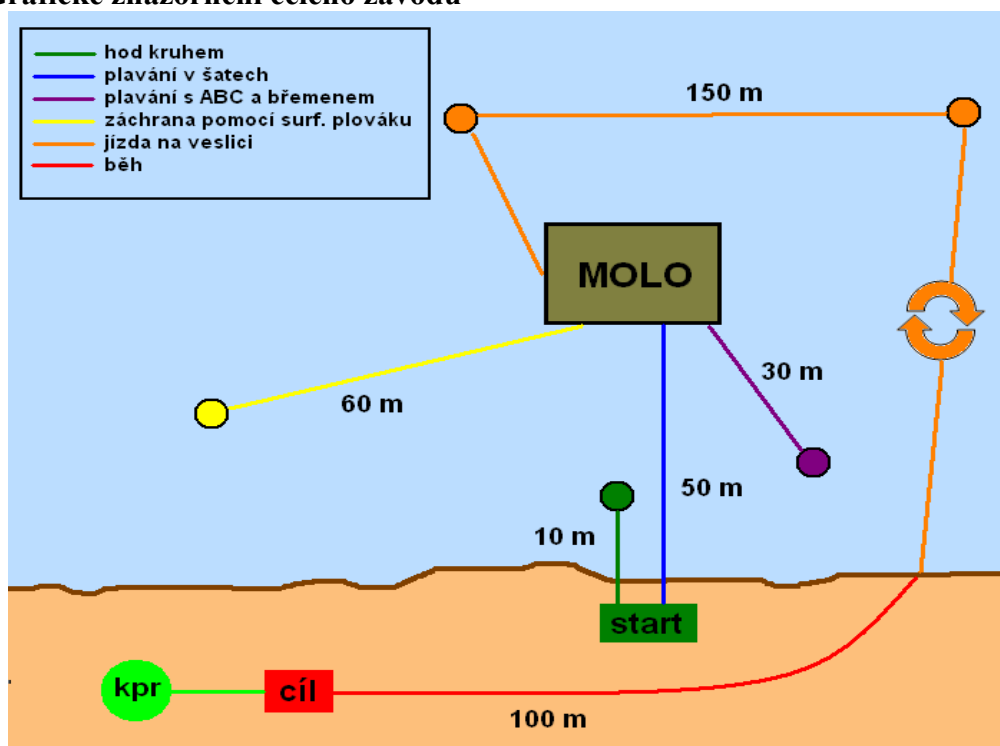
- Tato disciplína navazuje na disciplínu č. 4 – veslice a běh
- 15 metrů za cílem (viz. disciplína č. 4 – veslice a běh) je umístěn resuscitační manekýn, na kterém musí závodník do 60 sekund po proběhnutí cíle (kde se mu zastavil měřený čas) zahájit KPR
- KPR se provádí po dobu 180 sekund (poučení provede rozhodčí před závodem)
- Hodnotí se zvláště účinnost vdechů, stlačování hrudníku a vzájemná souhra těchto činností. Za každou část při nesprávném provedení může závodník dostat penalizaci 10 sekund připočtenou k celkovému času



#### 4.8 Diskvalifikace

- Diskvalifikaci ze závodu lze udělit za:
  - neabsolvování celého závodu (všech disciplín ihned po sobě)
  - nesplnění některé disciplíny
  - použití jiného vybavení, než které je povoleno a je součástí disciplín
  - nevhodné chování závodníků k ostatním účastníkům, rozhodčím či organizátorům
  - nadměrnou konzumaci alkoholických nápojů (konzumace alkoholu u mladistvých je zakázána)
- V případě diskvalifikace účastnický poplatek propadá v celé výši organizátorovi

#### 4.9 Grafické znázornění celého závodu







**VODNÍ ZÁCHRANNÁ SLUŽBA ČČK – MÍSTNÍ SKUPINA JABLONEC NAD NISOU**  
V. Nezvala 7a, 466 02 Jablonec nad Nisou  
e-mail: [info@vzs-jablonec.cz](mailto:info@vzs-jablonec.cz)  
<http://www.vzs-jablonec.cz>

---

## 5 Sponzoři

Pod záštitou primátora statutárního města Jablonec nad Nisou Ing. Petra Beitla a dalších sponzorů





**VODNÍ ZÁCHRANNÁ SLUŽBA ČČK – MÍSTNÍ SKUPINA JABLONEC NAD NISOU**

V. Nezvala 7a, 466 02 Jablonec nad Nisou

e-mail: [info@vzs-jablonec.cz](mailto:info@vzs-jablonec.cz)

<http://www.vzs-jablonec.cz>

---





**VODNÍ ZÁCHRANNÁ SLUŽBA ČČK – MÍSTNÍ SKUPINA JABLONEC NAD NISOU**  
V. Nezvala 7a, 466 02 Jablonec nad Nisou  
e-mail: [info@vzs-jablonec.cz](mailto:info@vzs-jablonec.cz)  
<http://www.vzs-jablonec.cz>

---

## 6 Elektronické informace

- Webové stránky závodu: <http://www.vzs-jablonec.cz/tvrdosijni>
- Všechny potřebné formuláře, informace a propozice týkající se závodu jsou zveřejňovány na výše uvedených stránkách.

**TĚŠÍME SE NA VÁS!!!**

