

**Regulamin Konkursu Wspinaczkowego**  
**w Liceum Ogólnokształcącym w Dukli**  
**w czasie „Dnia otwartego szkoły”**

1. Cel konkursu:

- popularyzacja aktywnego spędzania wolnego czasu wśród młodzieży,
- integracja środowisk szkolnych,
- dostarczenie uczniom rozrywki sportowej.

2. Organizator:

- Liceum Ogólnokształcące w Dukli

3. Uczestnicy:

- uczniowie klas ósmych szkół podstawowych;
- każda szkoła ma prawo zgłosić 3 osoby z grona zawodniczek i zawodników.

4. Termin i miejsce:

- 16 kwietnia 2024 roku (wtorek), godzina 9<sup>00</sup>;
- ścianka wspinaczkowa na hali MOSiR-u.

5. Program konkursu:

- zawody przeprowadzane są jednocześnie dla kobiet i mężczyzn,
- zawody rozgrywane są w jeden dzień i składają się z jednej konkurencji: zawodów na czas

**ZAWODY NA CZAS:**

1. Zawody w konkurencji na czas będą odbywały się na jednej drodze, tej samej dla kobiet i mężczyzn.
2. Zawody rozgrywają się z asekuracją górną.
3. Wysokość drogi wynosi około 9 metrów, z całkowitym przewieszeniem nie przekraczającym 2,5 metra.

4. Pomiar czasu będzie odbywał się za pomocą stoperów. Droga powinna zostać uznana za ukończoną, jeżeli zawodnik wspiał się zgodnie z obowiązującymi przepisami i uderzył ręką w oznaczony punkt.
  5. Start zawodnika nie zostanie uznany za ukończony, jeżeli zawodnik:
    - a. odpadł od ściany;
    - b. dotknął części ściany znajdującej się poza ogranicznikami drogi;
    - c. użył górnej lub bocznej krawędzi ściany;
    - d. po starcie dotknął ziemi jakkolwiek częścią ciała;
    - e. skorzystał z jakiegokolwiek dodatkowej pomocy (sztucznych ułatwień).
  6. Przebieg konkurencji:
    - a. kolejność startów zawodników zostanie ustalona kolejnością zgłoszenia;
    - b. każdy zawodnik i zawodniczka ma prawo do jednego przejścia próbnego i jednego przejścia na czas;
    - c. klasyfikację zawodnika ustala się wg lepszego (krótszego) czasu;
    - d. w razie uzyskania przez zawodników tych samych czasów rozegrany zostanie przez nich bieg dodatkowy.
  7. Prezentacja drogi i obserwacja:
    - a. przejście drogi powinno zostać zademonstrowane dwukrotnie, za pierwszym razem powoli, a za drugim razem szybko;
    - b. zawodnicy mogą w czasie okresu obserwacji drogi dotykać chwytów na drodze nie odrywając obu nóg od powierzchni ziemi.
  8. Incydenty techniczne - zgodnie z przepisami PZA.
6. Klasyfikacja:
- indywidualna (wg czasu uzyskanego w zawodach).