



MLADÍ HORALOVÉ 2024

Orlické oblastní kolo

Orlický Horal

Termín konání: 1.6.2024

Místo konání: Studenecké skály a okolí (viz mapka v příloze)

Organizátor: Český horolezecký svaz

Pořadatel: **Horolezecký oddíl Duha UO z.s**

(ve spolupráci s lezeckými oddíly z českomoravského pomezí)

Hlavní rozhodčí: Jirka Černohous, 776 180 975

Ředitel závodu: Zbyněk Navrkal, 733 735 213

Závodní Kategorie:

Soutěží se ve dvoučlenných družstvech, jejich složení (chlapci/dívky) není určeno

- M1 ročník 2014 a mladší
- M2 ročník 2011-2013 (postupová kategorie)
- S1 ročník 2008-2010 (postupová kategorie)
- S2 ročník 2005-2007

Maximální počet závodníků je 38 dvojic.

Závodní disciplíny:

- Lezení na obtížnost
- Slanění
- Prusíkování
- Uzlování
- Orientace
- Terénní běh s lanovými a přírodními překážkami
- První pomoc

Pravidla: Podrobná pravidla naleznete v příloze propozic.

Startovné: 200 Kč / družstvo, platba v hotovosti při registraci
Startovné zahrnuje párek a chléb pro každého závodníka

Přihlašování: online [zde](#), registrace je otevřena do 30.5.2024

Parkování: v obci, bude upřesněno později

Časový harmonogram:

- 8:30 – 9:00 Prezentace
- 9:20 – 9:40 Výklad trasy a pravidel
- 10:00 Start závodu
- 15:30 – 16 :00 Vyhlášení výsledků
(čas vyhlášení výsledků je předpokládáný a může se měnit)

Závodníci i diváci svou účastí na závodě výslovně souhlasí s tím, že pořadatel, organizátor, popř. jeho smluvní partneři jsou oprávněni pořizovat v souvislosti se závodem fotografie, audio nebo video záznamy účastníků, a tyto dále bezplatně využívat zejména jejich rozmnožováním, rozšiřováním nebo zveřejňováním.

Pravidla 2024:

Orlický Horal je soutěž v lezecké všestrannosti 2-členných družstev.

Vítězné družstvo v kategorii M2 a S1 získává pro oddíl právo na přednostní postup do finálového kola Mladých horalů. Přednostní postup platí pro členy a oddíly zapsané v ČHS.

Pořadatelem závodu je Horolezecký oddíl Duha UO z.s. ve spolupráci s oddíly:

- HK Lanškroun z.s.
- HK Amino Žamberk z.s.
- Crazy Spiders z.s.
- ASPV SOŠ Šumperk z.s.
- HK Česká Třebová z.s.

Délka trasy závodu je cca 4,5km.

- Závodníci se pohybují po trati dle mapy (poskytne pořadatel). Pohyb trenérů / rodičů po trati je možný
- Disciplíny jsou plněny samostatně bez pomoci trenérů nebo doprovodu
- Povinnou výbavu si závodníci nesou po celou dobu závodu
- Celkový čas strávený na trati se neměří.
- Družstvo na startu dostane výsledkovou kartu, kterou musí mít po celou dobu závodu u sebe. Do karty zapisují rozhodčí výsledky družstva na jednotlivých stanovištích.
- Kartu družstvo odevzdá při návratu do prostoru cíle.
- Výsledky družstev zapisují rozhodčí také do výsledkové karty stanoviště. V případě nesouladu ve výsledcích na kartě družstva a na kartě stanoviště, se započítá výsledek z karty stanoviště.
- Prokázaná dopomoc od nečlenů družstva může vést k diskvalifikaci závodního družstva.

Soutěžní disciplíny

1. Lezení
2. Slanění
3. Prusíkování
4. Uzlování
5. Orientace
6. Terénní běh (včetně lanových a přírodních překážek)
7. První pomoc

1. Lezení

Povinná výbava jednotlivce: úvazek, slaňovací a jistící pomůcka, karabina HMS, lezecká helma

Stanoviště: lana v horním jištění (styl TR), časomíra

Pořadatelé a závodníci musí mít **nasazený lezecký helmy!**

Časový limit: **20** minut

- I. V lezeckém prostoru jsou vytyčeny lezecké cesty s lanem v horním jištění. Tyto cesty jsou (například dle stupnice UIAA) obodovány.
- II. Každá věková kategorie má předepsaný počet bodů, kterého musí dosáhnout.
- III. Do celkového času se započítává **navázání na lano** a založení lana do jistící pomůcky.
- IV. Disciplína končí **spuštěním lezce na zem** po dosažení předepsaného počtu bodů a nebo uplynutím časového limitu.
- V. Každý člen družstva musí vylézt aspoň jednu cestu. Body za danou cestu lze získat jen úplným vylezením cesty bez odsednutí.
- VI. Družstvo může počet bodů překročit. Plusové body se v případě shodného času použijí jako pomocné hodnotící kritérium.
- VII. Není přípustné k postupu používat lano a fixní jistící body!
- VIII. Lezec se nesmí výrazně odchylovat od směru cesty (hodnotí traťový rozhodčí).
- IX. Jeden ze dvojice leze a druhý jistí. Lezecká dvojice může lézt stejnou cestu.
- X. Lezec nemůže vylézt jednu cestu 2x.
- XI. Pokud si lezec odsedne nebo nezvládne lezecký krok, musí ho jistič spustit a cesta se pokládá za nevylezenou.

- XII. Navázání na lano proběhne pomocí osmičkového protisměrného uzlu bez pojišťovacího uzlu <https://www.horosvaz.cz/res/archive/281/040335.pdf?seek=1559120141>
- XIII. Rozhodčí nepustí do cesty závodníka, který se bezpečně nenavázal, neprovede vzájemnou kontrolu (partner check), neprovede povely mezi sebou (jistím - lezu).
- XIV. Závodníci zahájí lezení na pokyn rozhodčího po splnění výše popsanych pravidel.
- XV. Bodové hodnocení jednotlivých cest bude k dispozici na stanovišti disciplíny.
- XVI. Po splnění úkolu / překročení času pokračuje družstvo na další disciplínu.

2. Slanění

Povinná výbava jednotlivce: úvazek, slaňovací pomůcka, karabina HMS, odsedka, 1x prusík, lezecká helma

Stanoviště: lana připravená na slanění, 4x vratný bod, časomíra, bezpečný příchod k vratným bodům

Pořadatelé a závodníci musí mít **nasazeny lezecké helmy!**

Časový limit: **není**

- I. U slanění se klade důraz na správné (bezpečné) provedení přípravy a kontroly slanění s prusíkem. Z tohoto důvodu může být vlastní slanění krátké.
- II. Družstvo slaňuje postupně, z jednoho slaňovacího bodu.
- III. Rozhodčí nedovolí závodníkovi opustit vratný bod dříve, než provede bezpečnou přípravu slanění včetně kontrolního odsednutí.
- IV. Čas se spouští **po zašroubování karabiny** do vratného bodu prvního člena družstva
- V. Disciplína je ukončena **po dosednutí druhého lezce na zem.**

Metodická karta: <https://www.horosvaz.cz/res/archive/310/052446.pdf?seek=1579858893>

3. Prusíkování

Povinná výbava družstva: 2x prusík, HMS karabina, jistící pomůcka

Povinná výbava závodníka: sedák, lezecká helma

Stanoviště: lana na prusíkování, lana na dojišťování, cílová meta, časomíra

Časový limit: **15** minut . Lze spojit se stanovištěm Uzlování.

- I. Závodník vyprusíkuje do výšky stanovené pořadatelem. Dolů může být spouštěn jističem.
- II. Závodník je v průběhu závodu jištěn na druhém laně kolegou z družstva.
- III. Při prusíkování budou použity pouze smyčky navázané na lano prusíkovacím uzlem (nikoli Jumary a jiné pomůcky).
- IV. Na pokyn rozhodčího si závodník stoupne k lanu, na kterém bude prusíkovat. Oba prusíky má uvázané na sedacím úvazku.
- V. Do celkového času **se započítává navázání na lano** a založení lana do jistící pomůcky, provedení partnerské kontroly
- VI. Závodník začne prusíkovat na pokyn rozhodčího.
- VII. Jakmile druhý závodník ukončí prusíkování, odváže se z jistícího lana a oba prusíky **uváže liščí smyčkou zpět na sedací úvazek**, je zastaven čas.
- VIII. První závodník po ukončení svého pokusu nemusí prusíky z lana odvazovat. Jistící pomůcka může zůstat založená na laně při výměně činností
- IX. V případě spojení stanoviště prusíkuje pouze jeden člen družstva a druhý jistí. Po končení prusíkování se závodník odváže z jistícího lana a oba prusíky **uváže liščí smyčkou zpět na sedací úvazek**. Družstvo neprodleně přechází k vázání uzlů

4. Uzlování

Povinná výbava jednotlivce: sedací úvazek, HMS karabina

Stanoviště: uzlovačky na vázání uzlů, kotvící body, časomíra

Časový limit: **10** minut. Lze spojit se stanovištěm Prusíkování.

Soutěží se formou štafety, kdy každý závodník po uvázání jednoho uzlu se vrací na start a předá štafetu druhému členu družstva. Do konečného pořadí se započítává celkový čas. O platnosti pokusu rozhoduje rozhodčí.

Vlastní průběh soutěže:

- I. V prostoru disciplíny bude mít soutěžící družstvo připraveny min. 4 uzlovačky, přičemž se tyto nesmí dotýkat navzájem ani nemohou být žádným způsobem ohnuty. O správnosti rozmístění rozhoduje rozhodčí. Uzlovačky poskytne pořadatel.
- II. Úkolem soutěžících v kategorii **M1** je v co nejkratším čase správně navázat **4** uzly v daném pořadí tak, aby vzniklo „jedno“ lano pomocí předepsaných uzlů.
 - a. *Lodní uzel – uzel se uváže do připravené zavěšené karabiny*
 - b. *Ambulantní uzel*
 - c. *Protisměrný vůdcovský*
 - d. *Osmičkový uzel – uzel se naváže do sedacího úvazku závodníka*
- III. Úkolem soutěžících v kategorii **M2, S1, S2** je v co nejkratším čase správně navázat **6** uzlů v daném pořadí tak, aby vzniklo „jedno“ lano pomocí předepsaných uzlů.
 - a. *Lodní uzel – uzel se uváže do zavěšené připravené karabiny*
 - b. *Ambulantní uzel*
 - c. *Alpský motýlek*
 - d. *Protisměrný vůdcovský uzel*
 - e. *Rybářská spojka (autíčka), jednoduchá*
 - f. *Poloviční lodní uzel - naváže se do HMS karabiny zavěšené v jistícím oku sedáku závodníka na způsob jištění spoluplezce (jistící konec lana musí jít přes tělo karabiny, ne přes zámek)*
- IV. Pokus **začíná na pokyn rozhodčího**. První závodník vybíhá ze startovní čáry.
- V. Členové družstva se střídají ve vázání uzlů.
- VI. Po uvázání uzle si předávají štafetu na startovní čáře plácnutím ruky.
- VII. Pokus končí, když jsou **uvázané a dotažené** všechny uzly, uzlovačky jsou napnuté a člen družstva se nachází v pozici, kdy je připraven jistit polovičním lodním uzlem, případně je navázaný osmičkový uzel (kategorie M1).
- VIII. V případě nesprávného navázání některého z uzlů se čas **opět pouští** a závodník musí tento uzel navázat správně.
- IX. Po provedené kontrole správnosti navázání uzlů rozhodčím, závodníci uzly rozváží.
- X. V případě spojeného stanoviště je celkový časový limit (prusíkování+uzle) **15** minut.

Metodická karta: <https://www.horosvaz.cz/res/archive/293/046570.pdf?seek=1565180814>

5. Orientace

Povinná výbava družstva: Lezecká helma

Výbava stanoviště: buzoly, vytyčené tratě, časomíra

Časový limit: **15** minut

- I. Družstvo na stanovišti dostane buzolu, azimut a vzdálenost prvního hledaného bodu.
- II. Družstvo musí projít trasu v určeném pořadí
- III. Disciplína se považuje za splněnou, pokud družstvo projde trasu v určeném pořadí (doloží zápisem písmen, číslic, znaků z jednotlivých stanovišť ve správném pořadí)
- IV. Při nesprávném pořadí kontrolních znaků se může družstvo vrátit na trať a opravit se.
- V. Návrat na trať je možný pouze 1x.
- VI. Pokud není oprava úspěšná, je disciplína nesplněná.
- VII. Čas se **spouští při předání** prvního azimutu a vzdálenosti.
- VIII. Čas se **stopuje se při odevzdání** zápisu.
- IX. V případě opravy se čas znovu spouští a stopuje při předání opraveného zápisu.

6. Terénní běh

Povinná výbava družstva: tužka, zápisník

Výbava stanoviště: Vyznačená trasa, lanové a přírodní překážky, časomíra, časová synchronizace prostoru Start/Cíl

Časový limit: **není**

- I. Délka trati je odstupňovaná dle kategorií
- II. Součástí trati jsou lanové a přírodní překážky. Jejich překonání je součástí terénního běhu. Počet překážek závisí na možnostech trasy. (3 – 6)
- III. Na překonání překážky je stanovený počet pokusů (4-6 pro každého). Pokud nepřekonají překážku oba členové družstva, přičítá se časová penalizace 30 sekund.
- IV. Překážka musí být překonána celá, při pádu se závodník vrací na začátek.
- V. Čas se spouští při startu družstva
- VI. Čas se stopuje po doběhu celého družstva do cíle
- VII. Výsledný čas je čas běhu a penalizace za nezdolané překážky

7. První pomoc

Povinná výbava družstva: propiska

Výbava stanoviště: časomíra, testové otázky

Časový limit: M1: **15** minut / 1 praktická + 4 otázky

M2: **15** minut / 1 praktická + 6 otázek

S1: **15** minut / 1 praktická + 7 otázek

S2: **15** minut / 1 praktická + 7 otázek

- I. Test z PP, odpovědi na jasně formulované otázky
- II. Družstvo obdrží formulář pro odpovědi
- III. Odstupňovaná obtížnost podle kategorií
- IV. Vyhodnocení: podle počtu správných i nesprávných odpovědí se určí pořadí.
- V. Čas odevzdání je pomocné kritérium při shodě správných odpovědí.
- VI. Témata testu:
 - a) příchod ke zraněné osobě, zhodnocení situace, přivolání pomoci (simulovaná situace)
 - b) vědomí / bezvědomí - test
 - c) resuscitace - test
 - d) základní prvotní péče o zraněného, ošetření – test (krvácení, rána v tělese, pád z výšky výšky)

Studijní materiál: <https://mladyzdravotnik.cz/download/teaching-book>

Vyhodnocení závodu

Pořadí v závodě se určí dle následujícího klíče:

1. V každé disciplíně je určeno pořadí dle času nebo dosažených bodů (zdravověda).
2. Při nesplnění jedné či více disciplín je družstvo odsunuto za družstva, které splnila všechny disciplíny.
3. Celkové pořadí se určí jako geometrický průměr pořadí v jednotlivých disciplínách
4. V případě shodného pořadí je rozhodující počet dosažených bodů v lezení.
5. V případě shody v lezení rozhoduje lepší výsledek zdravovědy.
6. V případě shody dle bodu 5 i 6 rozhoduje rychlejší čas slanění

Výsledky budou po zpracování vyvěšeny na předem určeném místě.

Po zveřejnění výsledků je dán prostor 10 minut k případným protestům.

Místo konání, start a cíl závodu:



odkaz: [obec na mapách](#)