

GR: TRAŽOVÉ PŘEKÁŽKY - ROZMÍSTĚNÍ



- 1 Barum
- 2 Playstation Lowrig
- 3 Insportline Kettlebells
- 4 Balance Beam
- 5 Barum Wall
- 6 Lumberjack
- 7 Alpa barely
- 8 Big pneu
- 9 Irish table
- 10 **Get a grip**
- 11 Monkey Business II

TRAŽOVÉ PŘEKÁŽKY - INFO A PRAVIDLA

1. Barum



Přenášení pneumatik a stavba pyramidy.

Závodník má k dispozici dvě konstrukce s držákem na pneumatiky. Postupně přenáší jednu pneumatiku po druhé a staví z nich pyramidu na vedlejší konstrukci. Všichni závodníci staví pouze jednu pyramidu (**4 pneumatiky!**). Závodník (závodnice) může přenášet pouze jednu pneumatiku.

Vzájemná pomoc: ZAKÁZÁNA

Hendikep: NE

Při zdolávání překážky je povoleno:

- nosit pneumatiky jakýmkoli způsobem
- pneumatiku táhnout za sebou
- kdykoliv pneumatiky odložit a odpočinout si, ale je nutné je na stejném místě zase zvednout a pokračovat dál

Při zdolávání překážky je zakázáno:

- používat jiné konstrukce než předem určené pro daného závodníka
- odhazovat pneumatiky
- brát více než jednu pneumatiku

2. Playstation Lowrig

Ručkovací konstrukce s různými typy chytů v nízké výšce (low rig).

Překážka je splněna zazvoněním rukou na zvonek. Překážka se zdolává pouze jedním pokusem. Při zdolávání překážky je nutné začít prvním (nástupním) chytem a nohama před vyznačeným prostorem páskou. Jakýkoliv kontakt se zemí v průběhu zdolávání překážky, se považuje za její nesplnění.



Vzájemná pomoc: ZAKÁZÁNA

Hendikep: ANO - **bude uveden na ceduli u překážky**

Retry (opakovaný pokus): NE

Při zdolávání překážky je povoleno:

- zazvonit pouze rukou
- vynechávat jednotlivé segmenty
- držet komponenty pouze předepsaným způsobem (dle instrukcí obsluhy překážky)
- používat na jednotlivých segmentech ruce i nohy jakýmkoli způsobem

Při zdolávání překážky je zakázáno:

- využívat jiné části překážky (např. konstrukční lana) k jejímu zdolání, než chyty (kruhy, desky s otvory, koule, lana atd.)
- využít svislé části konstrukce (stojny a zavětrování)
- vzájemná pomoc závodníků v průběhu zdolávání překážky
- dotýkat se v průběhu zdolávání překážky země

3. Insportline Kettlebells



Nošení břemene.

Junioři 2x10kg, juniorky 1x 10kg.

Závodník (závodnice) musí vlastní silou přenést kettlebells z bodu A do bodu B. (Většinou okruh)

VZÁJEMNÁ POMOC: ZAKÁZÁNA

HENDIKEP: NE

Při zdolávání překážky je povoleno:

- nosit kettlebells jakkoli
- kettlebells kdykoli během přenášení odložit a ze stejného místa pokračovat dál do bodu B

Při zdolávání překážky je zakázáno:

- tahat kettlebells po zemi
- odhazovat kettlebells
- manipulovat s kettlebells tak, aby ohrožoval své okolí

4. Balance Beam



Překlápěcí kladina na konstrukci.

Překlápěcí kladina na konstrukci, kterou závodník musí přejít od barevně vyznačeného bodu bez doteku země až na konec kladiny. Překážka je splněna dotykem nohy barevně označeného konce kladiny. Překážku lze po neúspěšném pokusu opakovat. Závodník musí vždy vyčkat, než dojde k překlopení kladiny, až poté zahajuje pokus.

Vzájemná pomoc: ZAKÁZÁNA

Hendikep: ANO - **bude uveden na ceduli u překážky**

Retry: ANO

Při zdolávání překážky je povoleno:

- po kladině přecházet pouze pomocí nohou

Při zdolávání překážky je zakázáno:

- využívat jiné části překážky k jejímu zdolání, než daný segment
- vzájemná pomoc závodníků
- pomáhat si rukama
- lézt po čtyřech
- plazit se po kladině po břiše
- dotýkat se v průběhu zdolávání překážky země
- používat jakékoli předměty ke zdolání překážky
- zahajovat pokus dřív, než se kladina překlopí

5. Barum Wall



Velká bariéra.

Závodník (závodnice) musí přelézt bariéru z jedné strany na druhou. K překonání překážky je neomezený počet pokusů.

Vzájemná pomoc: POVOLENA

Hendikep: NE

Retry: ANO

Při zdolávání překážky je povoleno:

- závodník a závodnice mohou při zdolání překážky využít dopomoc ostatních závodníků
- lze použít pneumatiky i řetízky

Při zdolávání překážky je zakázáno:

- využívat boční části překážky k jejímu zdolání
- je zakázáno z překážky seskakovat

6. Lumberjack



Nošení břemene - dřevěných klád.

Závodník (závodnice) musí proběhnou vyznačenou trasu s dřevěnou kládou v ruce. Kládu je možné přenášet jakýmkoliv způsobem, nesmí se však táhnout ani jinak ji dotýkat země.

Vzájemná pomoc: ZAKÁZÁNA

Hendikep: NE

Při zdolávání překážky je povoleno:

- zastavit se, kládu položit a poté opět s kládou pokračovat v cestě

Při zdolávání překážky je zakázáno:

- opouštět předem danou trasu
- táhnout kládu nebo jiný dotek klády se zemí

7. Alpa barely



Nošení barelu po předem stanovené trase. Junioři jeden barel, juniorky také, ale jednodušší variantu. Závodník na startu vezme barel do náručí, obejmě jej, nedrží za dno, ani za hrany. Po zdolání trasy jej odloží na předem stanovené místo.

Váha břemene: junioři 15 kg barel, juniorky 10kg (barel)

Vzájemná pomoc: ZAKÁZANÁ

Hendikep: NE

Při zdolávání překážky je povoleno:

- nosit barel v náručí (na bříše, nebo na hrudníku) ve svislé poloze
- kdykoliv barel odložit a odpočinout si, ale je nutné jej na stejném místě zase zvednout a pokračovat dál

Při zdolávání překážky je zakázáno:

- zkracování trasy (okruhu)
- odhazovat barely po zdolání okruhu
- jakkoliv si vzájemně pomáhat
- postupně jej popohazovat dopředu
- nosit barel na rameni

8. Big pneu



Převracení velké pneumatiky.

Závodník (závodnice) musí v daném koridoru převrátit pneumatiku.

Junioři: 1x tam a 1x zpět.

Juniorky: 1x tam

Vzájemná pomoc: ZAKÁZÁNA

Hendikep: NE

Retry: ANO

Při zdolávání překážky je zakázáno:

- vzájemná pomoc závodníků
- převracet pneumatiky za někoho

9. Irish table



Bariéra.

Závodník (závodnice) musí překonat vlastní silou bariéru. K překonání překážky je neomezený počet pokusů.

Vzájemná pomoc: POVOLENA

Hendikep: NE

Retry: ANO

Při zdolávání překážky je povoleno:

- to, co není zakázáno ;)

Při zdolávání překážky je zakázáno:

- využívat boční části překážky (zavětrování) k jejímu zdolání
- závodník a závodnice nemohou při zdolání překážky využít dopomoc ostatních závodníků

10. Get a grip



Ručkovací konstrukce s chyty.

Závodník/nice začíná vždy držení prvního komponentu na stěně, tak že se nedotýká země. Závodník (závodnice) musí překonat překážku za použití pouze připravených komponentů a bez doteku země. Komponent lze držet pouze ve vyznačené části. Je

Překážku lze opakovat. Při nezdolání překážky následuje hendikep. Jakýkoliv kontakt se zemí v průběhu zdolávání překážky, se považuje za její nesplnění. Druh a trasu hendikepu určí pořadatel podle lokality daného závodu. Překážka je splněna ukončena zazvoněním na zvonek (pouze rukou).

Vzájemná pomoc: ZAKÁZANÁ

Hendikep: ANO - **bude uveden na ceduli u překážky**

Retry: ANO

Při zdolávání překážky je povoleno:

- ke zdolání překážky použít připravených komponentů
- vynechávat jednotlivé komponenty

Při zdolávání překážky je zakázáno:

- využívat horní a boční hrany desky (konstrukce) překážky k jejímu zdolání
- jakákoli vzájemná pomoc závodníků
- dotýkat se v průběhu zdolávání překážky země
- držet se jiných částí komponentu než je vyznačeno (např. karabina, nosný kroužek, závěsná smyčce apod.

11. Monkey Business II

Ručkovací konstrukce s různými typy chytů.

První (nástupní) a poslední chyt jsou označeny barvou. Překážka je splněna dotekem rukou posledního segmentu nebo zazvoněním zvonku rukou.

Překážka se zdolává pouze jedním pokusem. Jakýkoliv kontakt se zemí v průběhu zdolávání překážky, se považuje za její nesplnění. Při zdolávání překážky je nutné začít prvním (nástupním) chytem. Jakýkoliv kontakt se zemí v průběhu zdolávání překážky, se považuje za její nesplnění.

Vzájemná pomoc: ZAKÁZÁNA

Hendikep: ANO - **bude uveden na ceduli u překážky**

Retry: NE

Při zdolávání překážky je povoleno:

- závodník a závodnice využijí k nástupu na překážku pouze připravený stupeň, nebo mohou využít dopomoc ostatních závodníků
- posledního chytu se pouze dotknout (rukou)
- vynechávat jednotlivé segmenty

Při zdolávání překážky je zakázáno:

- využívat jiné části překážky (např. konstrukční lana) k jejímu zdolání, než chyty (kruhy, desky s otvory, koule atd.)
- k nastoupení na překážku využít svislé části konstrukce (stojny)
- vzájemná pomoc závodníků v průběhu zdolávání překážky
- dotýkat se v průběhu zdolávání překážky její konstrukce nohama
- dotýkat se v průběhu zdolávání překážky země
- mužům využívat ženskou (juniorskou) část překážky

Zdroj: www.gladiatorrace.cz

