

# **Дистанции пешеходные.**

# ИСТОРИЯ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА НА ПЕШЕХОДНЫХ ДИСТАНЦИЯХ

Спортивный туризм на пешеходных дистанциях – молодой и развивающийся вид спорта. Ранее пешеходный туризм был широко представлен только в виде дисциплины «**маршруты**». В последующие годы появилось новое самостоятельное направление – «**дистанции**».

Изначально спортивный туризм на пешеходных дистанциях представлял собой только соревнования в **природной среде**. В дальнейшем, из-за невозможности проведения стартов в зимнее время года, появились **зальные соревнования** в закрытых помещениях.



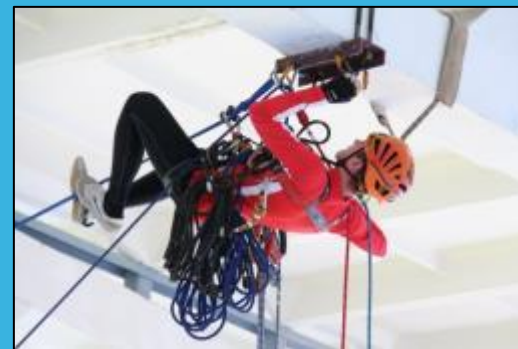
В пешеходном туризме **дистанция** представляет собой набор технических приемов, совершаемых благодаря использованию специального снаряжения, проходимых в строго определенном порядке на скорости.



# ОБЩИЕ ПОНЯТИЯ

**Дистанция** – участок естественного и (или) искусственного рельефа между стартовой и финишной линией с комплексом судейского оборудования. Преодоление дистанции заключается в прохождении группой (связкой, участником) всех этапов в заданном по Условиям прохождения дистанции порядке.

**Этап технический** – часть дистанции, на которой группа (связка, участник) преодолевает препятствие посредством технических приемов.





## Технический приём

– это действия группы (связки, участника), направленные на прохождение этапа и не противоречащие Правилам и Регламенту проведения спортивных соревнований по спортивному туризму (номер-код вида спорта – 0840005411Я).

\* Далее приведены примеры некоторых технических приемов.

# ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ

## Переправа первого участника вброд

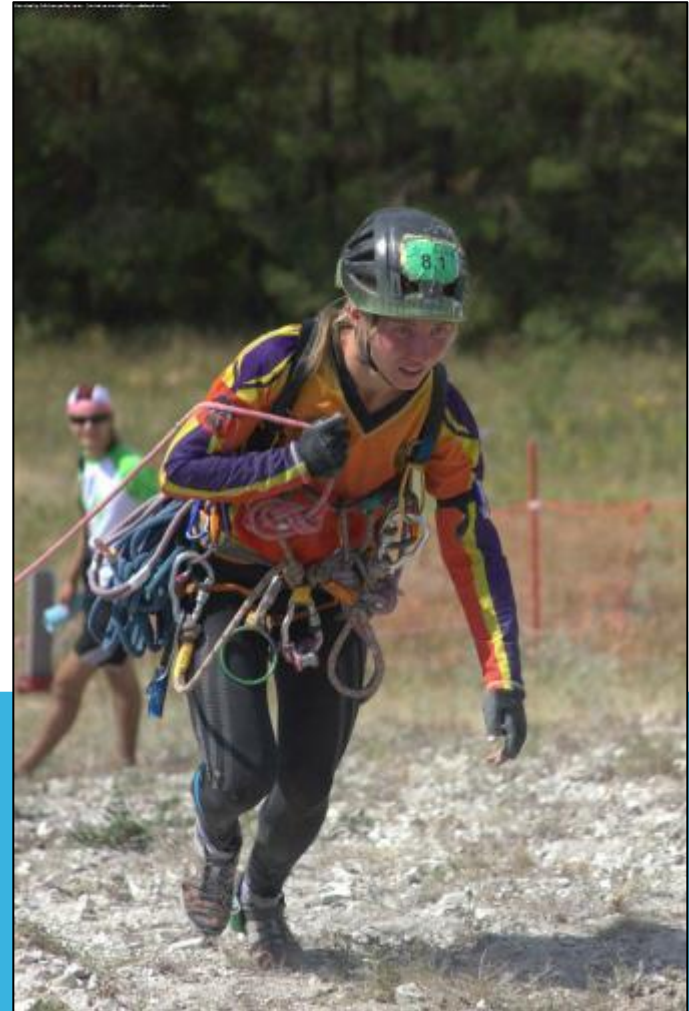


# ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ

Переправа первого участника через водное препятствие по бревну



# ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ ПОДЪЁМ ПЕРВОГО УЧАСТНИКА С НИЖНЕЙ СТРАХОВКОЙ





# ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ

## ОРГАНИЗАЦИЯ ПЕРИЛ



# ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ

## СНЯТИЕ ПЕРИЛ



# ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ

## ДВИЖЕНИЕ ПО ПАРАМЕТРНЫМ ПЕРИЛАМ



# ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ

## ДВИЖЕНИЕ ПО БРЕВНУ



# ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ

## ДВИЖЕНИЕ ПО НАВЕСНОЙ ПЕРЕПРАВЕ



# ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ ПОДЪЁМ ПО НАКЛОННОЙ НАВЕСНОЙ ПЕРЕПРАВЕ



# ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ СПУСК ПО НАКЛОННОЙ НАВЕСНОЙ ПЕРЕПРАВЕ



# ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ ПОДЪЁМ ПО СКЛОНУ С САМОСТРАХОВКОЙ ПО ПЕРИЛАМ





# ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ СПУСК ПО СКЛОНУ С САМОСТРАХОВКОЙ ПО ПЕРИЛАМ



# ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ

## ПОДЪЁМ ПО СКЛОНУ С ВЕРХНЕЙ СТРАХОВКОЙ



# ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ

## СПУСК ПО ПЕРИЛАМ



# ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ

## ПЕРЕПРАВА МАЯТНИКОМ ПО БРЕВНУ (ГОРИЗОНТАЛЬНЫЙ МАЯТНИК)

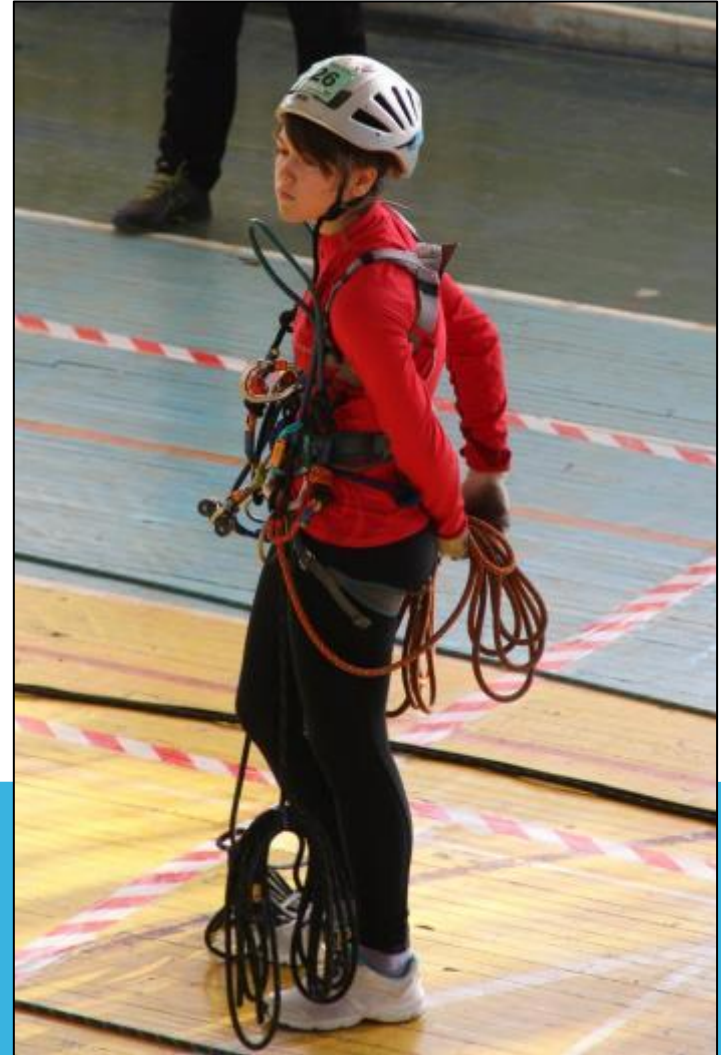


# ПЕШЕХОДНЫЙ ТУРИЗМ ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ 3 ВИДА ДИСТАНЦИЙ:

- **Дистанция – личная** – спортсмен преодолевает всю дистанцию *индивидуально*;
- **Дистанция – связка** – дистанция преодолевается совместно *двумя* спортсменами;
- **Дистанция – группа** – дистанция преодолевается силами *четырех* спортсменов.



# ДИСТАНЦИЯ – ЛИЧНАЯ



# ДИСТАНЦИЯ – СВЯЗКА



# ДИСТАНЦИЯ – ГРУППА





# СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ НА ПЕШЕХОДНЫХ ДИСТАНЦИЯХ ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ



*ДИСТАНЦИИ В ЗАКРЫТЫХ  
ПОМЕЩЕНИЯХ*



*ПРИРОДНЫЕ  
ДИСТАНЦИИ*



# ПО ОРИЕНТИРОВАНИЮ НА МЕСТНОСТИ ПРИРОДНЫЕ ДИСТАНЦИИ ДЕЛЯТСЯ НА



**КОРОТКИЕ**

(ПО МАРКИРОВАННОМУ  
МАРШРУТУ)



**ДЛИННЫЕ**

(С ЭЛЕМЕНТАМИ  
СПОРТИВНОГО  
ОРИЕНТИРОВАНИЯ)





**Благодарю за внимание!**

