



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>

---

**Vážení sportovní přátelé,**

V roce 2009 se nám podařilo obnovit 30ti letou tradici velmi obtížného závodu jednotlivců ve vodní záchranně tonoucích. Loňský ročník měl velký ohlas mezi závodníky z celé republiky a proto jsme se rozhodli jeho pořádání opakovat. **Zveme Vás na toto sportovní měření sil, zkušeností a vytrvalosti** . Závod proběhne v sobotu 20.srpna 2011 na vodním díle Mšeno v Jablonci nad Nisou. Podrobnější informace a přihlášky na našem webu.

Přílohou je stručný popis závodu a nákres trati.

Děkujeme za Vaši ochotu.

Za Vodní záchrannou službu ČČK Jablonec nad Nisou

Jitka Bímová, *telefon:* +420 733 643 217, *e-mail:* [jitka.bimova@gmail.com](mailto:jitka.bimova@gmail.com)  
Bc. Vojtěch Kazda, *telefon:* +420 776 083 308, *e-mail:* [vkazda@seznam.cz](mailto:vkazda@seznam.cz)

web: [www.vzs-jablonec.cz](http://www.vzs-jablonec.cz)

V Jablonci nad Nisou 6.6.2011



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 starosty města“**



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>

---

## Modelový závod jednotlivců ve vodní záchrance o

### Pohár starosty města Jablonec nad Nisou

#### Tvrdošíjní III

---

Místo konání: **loděnice „Technických sportů Pojizeří“ Tajvan, vodní plocha Mšeno I, Jablonec nad Nisou GPS : 50° 44' 12.365 N, 15° 10' 34.947 E**  
Datum: **21.08.2010, start 09:00 hod**

#### **Popis modelového závodu jednotlivců v plaveckém záchranném sportu**

---

Před startem má závodník přípravný čas 120s na přípravu lana záchranného kruhu a provedení zkušebních hodů. Závod je odstartován ze startovní čáry, závodník stojí před startovní čarou oblečen do zapnutého pracovního oblečení (montérky, kalhoty + blůza), v ruce záchranný kruh s plovoucím lanem 15m dlouhým. Na pokyn startéra se zahájí měření času a závodník hází kruhem na cíl vzdálený 10 m. Povoleny jsou tři hody, 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. Za nesprávný (neuznaný) hod je počítána penalizace 20s k celkovému času. Přešlap se hodnotí jako chybný hod. Po dokončení posledního hodu stáhne závodník kruh za startovní čáru a plave v oblečení k plastovému molu (3x5m) zakotvenému 50 m od startu. Po dohmatu na stěnu mola se závodník vysleče do plavek (nejsou povinné) a pracovní oblečení položí na molo. Na molu má závodník připravené své ploutve, potápěčskou masku a dýchací trubici. Po oblečení tohoto vybavení plave závodník cca 30m ke kůlu (po celou dobu plavání musí dýchat přes dýchací trubici a používat potápěčskou masku, nepoužití jedné ze součástí – penalizace 20s., nevztahuje se na ploutve), kde je ve třech metrech hloubky umístěna pneumatika od osobního vozu. Tu závodník vyzvedne a libovolným plaveckým způsobem ji dopraví zpět na molo, kde odloží i své potápěčské vybavení. Ženy mají tuto disciplínu změněnou, použití potápěčského vybavení je stejné, místo ponoření pro pneumatiku táhnou zpět figurínu (nebo barel s vodou), která je připravena u kůlu. Vedle mola pořadatel přidrží surfový plovák, na který závodník nastoupí a odpluje k 60m vzdálené bóji, za kterou simuluje naložení tonoucího převrácením plováku podél podélné osy. Po dokončení simulace se závodník vrací zpět k molu, předá plovák pořadateli a usedá do připravené veslice. Na té pak jede po 150m trati vyznačené bójemi ke břehu. Na trati je označená bóje, kterou musí závodník objet dokola (360°). Po přistání u břehu uloží závodník obě vesla do lodi a loď povytažením zajistí proti uplávání. Nezajištění lodi proti uplávání je hodnoceno penalizací 20s. Do 100 metrů vzdáleného cíle závodník běží a při proběhnutí cílem se mu zastavuje čas. 15 metrů za cílem je umístěn resuscitační fantom, na kterém musí závodník do 30s po proběhnutí cílem zahájit resuscitaci umělým dýcháním a stlačováním hrudníku. Resuscitaci provádí po dobu 180s. Hodnotí se zvláště účinnost vdechů, stlačování hrudníku a vzájemná souhra těchto činností. Za každou část může závodník dostat penalizaci 20s při nesprávném provádění. Konečné pořadí závodníků určí dosažený čas po připočítání případných penalizací.

