



**SLOVENSKÝ POHÁR
V ZIMNOM PLÁVANÍ**

PRAVIDLÁ SÚŤAŽNÉHO ZIMNÉHO PLÁVANIA

Obsah

Článok 1. Všeobecná charakteristika zimného plávania	2
Článok 2. Pôsobnosť Pravidiel súťažného zimného plávania.....	2
Článok 3. Vymedzenie pojmu „Súťažné zimné plávanie“	3
Článok 4. Základné pravidlá súťažného zimného plávania	3
Článok 5. Súťažný priestor.....	5
Článok 6. Realizačný tím	6
Článok 7. Zbor usporiadateľov	6
Článok 8. Zbor rozhodcov.....	8
Článok 9. Hlavný rozhodca	8
Článok 10. Tajomník	9
Článok 11. Štartér	9
Článok 12. Časomerač	10
Článok 13. Cieľový rozhodca.....	10
Článok 14. Sprevádzajúci rozhodca.....	11
Článok 15. Obrátkový rozhodca	11
Článok 16. Zdravotník, alebo lekár súťaže.....	11

November 2021

Článok 1.

Všeobecná charakteristika zimného plávania.

Otužovanie. Veľmi všeobecne otužovaním rozumieme cieľavedomé zvyšovanie odolnosti nášho tela voči premenlivým vonkajším podmienkam. **Otužovanie voči chladu** je spoločné označenie pre všetky aktivity a procedúry, smerujúce k zvýšeniu odolnosti a obranyschopnosti tela voči chladu (vzduchom, vodou, snehom, ľadom, saunovaním, úpravou tepelných podmienok bývania, odievania, častým pobytom na čerstvom vzduchu, v prírode ...). Zvyšovanie odolnosti dosahujeme postupným a pravidelným vystavovaním tela chladu vzduchu alebo vody.

Otužovať sa môžeme doma i vonku, v prírode, môžeme pritom využívať rôzne prostriedky a otužovanie môže mať podobu statického postupu, či procedúry (sprcha, saunovanie, pobyt v chladnej vode, v snehu a pod.), alebo dynamickej aktivity (chôdza, beh, plávanie), kedy nadobúda charakter športovej aktivity.

Zimné plávanie je aktívna forma otužovania v chladnej vode. Dôležité sú tu obe stránky: **chlad**, chladná voda a **pohyb**, dynamika, aktívne plávanie. Zimné plávanie preto môžeme chápať ako plnohodnotnú športovú aktivitu. Rovnako ako pri iných športoch, aj pri zimnom plávaní možno rozlíšiť jeho rekreačnú a súťažnú formu.

- a) **Rekreačné zimné plávanie** je plávanie v chladnej vode (termín "chladná voda" nie je jednoznačne definovaný, môže sa ňou rozumieť voda, chladnejšia ako minimálna prípustná teplota vody vo verejných plaveckých bazénoch, t.j. 18°C a menej. Diaľkoví plavci majú najnižšiu prípustnú teplotu vody 16°C. A vlastnú kategorizáciu teploty vody majú otužilci, ktorí idú až k teplote 0°C). Nie je upravené žiadnymi pravidlami a obmedzeniami, spravidla sa ale rešpektujú všeobecne známe zásady optimálneho postupu pri otužovaní, obmedzenie dĺžky pobytu vo vode a zásady bezpečnosti plávania na otvorenej vode. Rekreačné zimné plávanie má predovšetkým športovo-relaxačný a zdravotno-preventívny charakter. Je vhodným doplnkovým športom pre diaľkové plávanie, vodné a zimné športy a všeobecne pre všetky outdoorové športy. V civilnom živote pre povolania, vykonávané v prostredí s nízkou teplotou, respektíve s pobytom v chladných prírodných podmienkach.
- b) **Súťažné zimné plávanie** sa vyvinulo z rekreačného zimného plávania. Dnes je to samostatná športová disciplína, upravená vlastnými pravidlami a súťažnými poriadkami. Má systém národných a medzinárodných súťaží, národných i medzinárodných riadiacich organizácií . Ašpiruje na zaradenie do programu ZOH.

Článok 2.

Pôsobnosť Pravidiel súťažného zimného plávania

- a) **Pravidla a Súťažný poriadok** súťažného zimného plávania sú základné športovo-technické dokumenty, ktoré upravujú vypisovanie, usporiadanie a riadenie súťaží v tomto športovom

odvetví na území Slovenskej republiky. Sú záväzné pre usporiadateľské oddiely, kluby a združenia, ako aj pre všetkých účastníkov súťaží v zimnom plávaní.

b) Pravidlá a Súťažný poriadok platia od 1.11.2021.

Článok 3.

Vymedzenie pojmu „Súťažné zimné plávanie“

Súťažné zimné plávanie je plavecké odvetvie, ktorého súťaže sa uskutočňujú:

- a) na **otvorenej vode**,
- b) v stanovenom **súťažnom období**,
- c) pri presne určenej **teplote vody**.

ad a) **Otvorenou vodou** sa pre tieto účely rozumie prírodné vodné prostredie - stojatá, resp. tečúca voda (rybníky, jazerá, rieky, vodné priehrady) alebo umelé prostredie (otvorené plavecké bazény a pod.).

ad b) Súťaže v zimnom plávaní sa konajú v súťažnom období, t.j. v čase od **1. októbra do 30. apríla**.

ad c) Súťaže v zimnom plávaní sú plánované tak, aby bola **teplota vody od 0°C do +8°C**.

Termíny a miesta súťaženia sa volia tak, aby táto podmienka bola podľa možnosti splnená.

V prírodných podmienkach sa to však nedá zaručiť. Preto je súťaženie prípustné aj pri vyššej teplote vody.

Pre slovné rozlíšenie teploty vody sa používa pomenovanie:

0°C - 4,0°C	Ladová voda
4,1°C - 8,0°C	Studená voda
8,1°C a viac	Chladná voda

Štandardné meranie teploty vody a jej presná evidencia sú dôležité pri priznávaní výkonnostných stupňov plavcom, pri obmedzení dĺžky tratí, na ktorých môžu súťažiť, ako aj pri bodovaní a celkovom hodnotení ich výkonov.

Článok 4.

Základné pravidlá súťažného zimného plávania

- a) Súťaže v zimnom plávaní sa konajú v prírodných podmienkach, spravidla vo vode s teplotou **0°C až +8°C**.
- b) **Teplota vody** sa meria teplomerom s presnosťou na jednu desatinu stupňa. Meranie sa vykonáva **0,4 m** pod hladinou na najbližšom a najvzdialenejšom mieste trate. Výsledná teplota je priemer oboch nameraných hodnôt. Meranie sa vykoná hodinu pred začiatkom

súťaže. Nameranú hodnotu potvrdí hlavný rozhodca ako oficiálnu teplotu vody. Zverejní sa na informačnej tabuli a platí počas celej súťaže v danom dni.

- c) **Teplota vzduchu** sa meria teplomerom s presnosťou na jednu desatinu stupňa. Súťaž v zimnom plávaní sa nekoná, ak teplota vzduchu klesne pod **-15°C**.
- d) Súťaží sa na **štandardných tratiach** 100, 250, 500, 750 a 1000 metrov. Usporiadateľ môže vypísať súťaž aj na iné vzdialenosti - spravidla **25 a 50 metrov** v súlade s pravidlami IWSA. (<https://www.iwsa.world/world-championships/rules>)
- e) Súťažného podujatia v zimnom plávaní na tratiach **250 a viac metrov** sa môže zúčastniť **len registrovaný člen** otužileckého klubu (oddielu, združenia), starší ako 15 rokov. (*Vid' Súťažný poriadok, prihlasovanie plavcov*). Súťaženia na tratiach 25, 50 a 100 metrov sa môže zúčastniť aj neregistrovaný plavec.
- f) Plavci súťažia v dvoch **vekových kategóriách**:
- | | | | |
|----------|-----|-----------|---------------------|
| M | do | 50 rokov: | ženy ml. a muži ml. |
| S | nad | 50 rokov: | ženy st. a muži st. |
| J | do | 18 rokov: | juniori |
- Pre zaradenie plavca do vekovej kategórie je určujúci vek plavca, ktorý dosiahne v roku, kedy začína súťažná sezóna.
- (Príklad: Súťažná sezóna začína 1.10.2021. Do kategórie starších budú zaradení všetci plavci, ktorí v kalendárnom roku 2021 dovърšili alebo dovърšia vek 50 rokov.)
- g) Plavec si podľa propozícií súťaže vyberá **trať** a **plavecký spôsob**:
- prsia - musí odplávať celú trať týmto spôsobom
 - voľný spôsob - v priebehu plávania môže spôsob zmeniť
- h) Súťažiaci pláva zvoleným plaveckým spôsobom tak, aby neprekročil stanovený časový limit. Ide najmä o trate 750 a 1000 m.
- i) **Maximálne časové limity** na odplávanie zvolenej trate sú:
- 22** minút v ľadovej vode (do 4°C)
 - 26** minút v studenej vode (do 8°C)
 - 30** minút v chladnej vode (nad 8°C)
- j) Súťažiaci sa môže prihlásiť len na **jednu disciplínu** uvedenú v rozpise súťaže. Výnimku majú zahraniční súťažiaci, ktorým organizátor môže (ale nemusí) umožniť aj štart na viacerých tratiach (maximálne 2) v jednom dni.
- k) Pri súťažnom zimnom plávaní nie je povolený **štart skokom** do vody.

- l) Pri štarte v bazéne sa plavci pridržiavajú rukou steny bazénu alebo vstupného rebríka. V prírodných podmienkach sa vyrovnajú na pomyselnú štartovú čiaru určenej spojnicou bójok alebo plavákov.

Predsunutie plavca pred túto čiaru pri štarte, sa trestá **penalizáciou** (+3 sekundy), výrazne predčasný štart alebo neuposlušnosť pokynov štartéra sa trestá **diskvalifikáciou**.

- m) Pri zdvihnutí paže štartéra do zvislej polohy a povelu "Na miesta" súťažiaci vstúpia do vody, zaujmú štartovú polohu a pripravujú sa na štart. Po spustení paže a akustickom signáli súťažiaci vyštartujú zo svojich miest po vyznačenej trati príslušnej disciplíny. Informácie o štarte, spôsobe štartu, ako aj mieste štartu, musia byť súťažiacim vopred oznámené.
- n) Súťažiaci nesmú mať na sebe žiadne prostriedky, ktoré zvyšujú **ochranu tela voči chladu** (neoprénový odev, ponožky, rukavice, vysokú obuv). Povolená je silikónová alebo neoprénová plavecká čiapka, plavecké okuliare, podľa potreby nízka obuv na ochranu nôh pred poranením. Plavky musia byť z textilného materiálu, podobné, ako sa používajú pri plaveckých súťažiach v bazénoch. U žien sú povolené aj dvojdielne plavky (viď. Príloha 1)
- o) Hlavný rozhodca po konzultácii s lekárom súťaže **nepripustí na štart plavca**, ktorý nespĺňa podmienky povolenej výstroje, prejavuje znaky indispozície, únavy alebo iných zdravotných problémov.
- p) Hlavný rozhodca po konzultácii s organizátorom súťaže a lekárom **musí prerušiť**, alebo **ukončiť súťaž**, ak nastali neočakávané okolnosti (silný vietor, vlny, výrazné zhoršenie viditeľnosti a pod.), ktoré by ohrozili regulárnosť súťaže, alebo bezpečnosť a zdravie súťažiacich. Po vydaní **signálu ukončenia súťaže** musia všetci plavci urýchlene opustiť vodu.
- q) Hlavný rozhodca na základe vlastného pozorovania, alebo podnetov súťažiacich, iných rozhodcov, či posádky záchranného člna, je povinný **ukončiť súťaženie plavca**, ktorý počas plávania prejavuje znaky indispozície, vyčerpanosti, podchladenia, alebo iné zdravotné, alebo plavecké problémy.
- r) **Ukončenie súťaženia plavca** zabezpečuje záchranný čln, ktorý bezpečne vpláva plavcovi do dráhy a signalizuje mu ukončenie plávania. Podľa potreby musí pomôcť plavcovi udržať sa na hladine, prípadne vystúpiť na čln, alebo na breh. Plavec je povinný bezpodmienečne a okamžite uposlúchnuť pokyny z člna. Vedomé neuposlušnosť môže mať za následok **dištanc** v súťaži až na 3 kolá

Článok 5.

Súťažný priestor

- a) V **umelom bazéne** je vymedzený okrajmi bazénu, prípadne sú v ňom vyznačené aj plavecké dráhy.

V prírodnom prostredí to môže byť označená časť brehu, hrana móla, alebo, najčastejšie, pomyselná rovina medzi bojkami (priestor štartu a cieľa) a priestor na hladine zreteľne vyznačený traťovými a obrátkovými bojkami.

- b) **Trať** pre jednotlivé disciplíny musí byť presne vymeraná, odporúča sa z bezpečnostného hľadiska umiestniť trate pozdĺž brehu a obrátky jednotlivých disciplín označiť farebnými bójkami.
- c) **V tečúcej vode** môže byť trasa vytýčená (za predpokladu mierneho prúdu) z jedného brehu rieky na druhý breh s prípadnými obrátkami podľa stanovených disciplín, alebo polovica trate po prúde a druhá polovica proti prúdu.
- d) V prípade vytvorenia **ľadu na vodnej ploche**, je treba ľad v štvorcovom alebo obdĺžnikovom priestore v dĺžke **25 m** odstrániť a viditeľne priestor označiť, aby nedošlo k náhodnému pádu do vody. V takýchto sťažených podmienkach je potrebné použiť rebríky alebo schodíky pre vstup a výstup z vody. Súťažiaci musia byť pred súťažou oboznámení o riadení súťaže za takýchto mimoriadnych podmienok .
- e) **Priestor cieľa** musí byť zreteľne označený a jednoznačne určený nasledovne:
 - ako cieľová čiara - spojnica dvoch bodov, ktorú musia súťažiaci preplávať;
 - ako zvislá pevná cieľová plocha, ktorej sa treba dotknúť (aspoň jednou rukou),
 - ako farebná, pevne zakotvená bójka, ktorej sa treba dotknúť (aspoň jednou rukou).
- f) **Hĺbka vody** na vytýčenej trase má byť minimálne **1,20 m**. Nie je dovolené vstať, kráčať alebo skákať po dne.

Článok 6.

Realizačný tím

Súťaž v zimnom plávaní zabezpečuje a riadi realizačný tím, ktorý tvorí:

- a) **Zbor usporiadateľov** - zložený spravidla z členov usporiadajúceho klubu, ktorí najlepšie poznajú miestne podmienky, môžu vopred zabezpečiť materiálno-technickú prípravu priestoru i vlastnej súťaže.
- b) **Zbor rozhodcov** – hlavný rozhodca, rozhodcovia, štartér, časomerači, tajomník, zdravotník alebo lekár. Zbor rozhodcov tvoria delegovaní členovia z viacerých klubov z príslušného regiónu (západ, stred, východ Slovenska).

Článok 7.

Zbor usporiadateľov

Zbor usporiadateľov zabezpečuje usporiadateľský klub. Tvoria ho:

- a) **Hlavný usporiadateľ (HU)** - vedúci, alebo poverený člen usporiadajúceho oddielu. Organizuje a riadi prácu všetkých usporiadateľov. Podľa potrieb môže sám vykonávať súčasne aj niektorú ďalšiu usporiadateľskú funkciu.
- b) **Technický riaditeľ (TR)** - má na starosti vytvorenie materiálno-technických a bezpečných podmienok pre uskutočnenie súťažného podujatia. Zodpovedá za výber miesta súťaže, určenie súťažného priestoru, vytýčenie, nameranie a vyznačenie tratí, priestoru štartu a cieľa, prípravu priestoru pre rozhodcov, ozvučenie, meranie teploty, správnu inštaláciu a prevádzkyschopnosť technických zariadení, zázemie pre plavcov. Spolu s bezpečnostným komisárom koordinuje prácu sprievodného člnu pri vytýčení tratí a počas súťaže pri sprevádzaní a dozore nad plavcami.
- c) **Bezpečnostný komisár (BK)** - zodpovedá za všetky aspekty bezpečnosti spojené so súťažou. Zhodnotí súťažný priestor z hľadiska bezpečnosti, možných prekážok a zdrojov rizík, zabezpečuje záchranný čln s posádkou, záchranné prostriedky, podmienky pre tepelnú pohodu plavcov pred štartom, pre tepelnú regeneráciu po plávaní, spolupracuje s lekárom podujatia a prípadnými záchrannými zložkami. Pokiaľ je to možné, zabezpečuje prítomnosť RLP, alebo RZP aj s vozidlom.
- d) **Kateringový manažér (KM)** - zabezpečuje podmienky pre plavcov pred i po plávaní - prevádzku krytého a vyhrievaného priestoru, WC, podmienky na prezlečenie, dohľad nad odloženými vecami, podmienky na oddych, na zahriatie, termodeky, teplé nápoje, základné občerstvenie, ceny pre víťazov, diplomy, upomienkové predmety a pod. Zabezpečuje tiež informačné prvky, úpravu a výzdobu areálu súťaže, podľa potreby označenie priestoru pre účastníkov súťaže a priestoru pre divákov.
- e) **Sprievodní asistenti (SA)** - posádka sprievodného a záchranného člnu. Plnia tri významné úlohy:
- **technickú** - prípravu plavebného priestoru, nameranie a vyznačenie tratí bojkami a ich zber po ukončení súťaže,
 - **bezpečnostnú** - v priebehu súťaže pozorne sledujú plavcov. Udržiavajú čln mimo plavebnú trať, čo najbližšie k plavcom, tak aby v prípade potreby mohli pohotovo zasiahnuť. Musia byť oboznámení so spôsobom záchrany topiaceho vo vode a s poskytovaním prvej pomoci. Musia byť vybavení potrebnými záchrannými prostriedkami. Ideálne je, ak môže byť v posádke aspoň 1 vycvičený a vystrojený potápač. Vhodné je tiež spojenie sprevádzajúceho člna s hlavným rozhodcom vysielačkou.
 - **rozhodcovskú** - jeden DA má súčasne funkciu traťového rozhodcu. Kontroluje dodržiavanie pravidiel predpísaných pre daný plavecký spôsob a príslušnú disciplínu, správnosť oboplávania bójkov a športové správanie pri plávaní. Pri vážnom porušení dáva hlavnému rozhodcovi návrh na diskvalifikáciu plavca.

Článok 8.

Zbor rozhodcov

Súťaž riadi delegovaný zbor rozhodcov v zložení:

- hlavný rozhodca 1
- tajomník 1
- štartér a cieľový rozhodca 1
- časomerač 1- 3 (zdôvodnenie - súčasné dopĺvanie viacerých plavcov pri krátkych tratiach)
- zapisovateľ 1- 3
- obrátkový rozhodca 1
- lekár, alebo zdravotník 1

V začiatkoch a najmä pri menších súťažiach možno niektoré funkcie účelne zlúčiť (napr. hlavný rozhodca prevezme aj funkciu štartéra, tajomník bude vykonávať aj zapisovateľa a pod.). Zlučovať sa však nemôžu činnosti, ktoré sa časovo prekrývajú.

Rozhodcovia musia byť dôkladne oboznámení s pravidlami súťaženia, musia bezchybne ovládať meraciu techniku a zvládnuť bezproblémovú tímovú spoluprácu. Perspektívne je potrebné vyškoliť príslušný počet rozhodcov tak, aby získali potrebnú kvalifikáciu rozhodcu pre diaľkové a zimné plávanie.

Oblečenie rozhodcov musí zodpovedať zimným poveternostným podmienkam, aby sa nenarušila plynulosť súťaže. Všetci členovia rozhodcovského zboru musia mať odznak rozhodcu, písťalku, písacie potreby, potrebné formuláre a stopky.

Článok 9.

Hlavný rozhodca

- a) Je hlavný funkcionár, ktorý je zodpovedný za bezpečnosť a regulárnosť súťaže a dôsledné dodržiavanie Pravidiel zimného plávania. Rozhoduje vo všetkých otázkach, týkajúcich sa priebehu súťaže.
- b) Riadi a kontroluje činnosť všetkých rozhodcov, určuje ich do funkcií, upresňuje úlohy, oznamuje im dôležité zmeny oproti Propozíciám súťaže.
- c) Riadi súťaž podľa Pravidiel zimného plávania, podľa zásad uvedených Súťažnom poriadku a v Propozíciách súťaže. Je oprávnený vykonať úpravy, ktoré z hľadiska bezpečnosti a plynulosti súťaže považuje za nevyhnutné.
- d) Je povinný prerušiť súťaž v prípade zhoršenia poveternostných podmienok, ohrozenia zdravia a bezpečnosti súťažiacich, resp. vylúčiť plavca zo súťaže za neregulárne alebo problémové správanie.
- e) Rozhoduje v sporných situáciách a v situáciách, ktoré nie sú striktne upravené Pravidlami, Súťažným poriadkom alebo Propozíciami súťaže.

- f) Rozhoduje o diskvalifikácii plavca za nešportové správanie, alebo porušenie pravidiel, ktoré zistil sám, prípadne ostatní členovia rozhodcovského zboru.
- g) Rozhoduje o protestoch, týkajúcich sa súťaže.
- h) Pred štartom vydáva súťažiacim pokyny o profile trate, spôsobe štartu, oboplávania bójí, o cieľových zásadách a o spôsobe zaistenia ich bezpečnosti pri plávaní.
- i) Pred štartom kontroluje menovite prihlásených na príslušnú disciplínu, pričom prekontroluje ich plavecký úbor, očíslovanie, čiapku do vody, ak je určená aj obuv do vody, jej prípustnosť. Ak je propozíciami súťaže určený aj povinný bezpečnostný vak, kontroluje jeho správny stav.
- j) Dvomi krátkymi hvizdami upozorní plavcov na blížiaci sa štart
- k) Dlhým hvizdom súťažiacich vyzve k príprave na štart a zdvihnutím paže dáva pokyn štartérovi k vykonaniu vlastného štartu (eventuálne sám štartuje preteky).

Článok 10.

Tajomník

Má na starosti kompletnú administratívnu agendu pred, počas súťaže i po jej skončení, najmä:

- a) vypísanie súťaže, spracovanie propozícií, rozoslanie pozvánok a propozícií,
- b) kontakt s úradmi, orgánmi, vlastníkmi a správcami pozemkov, kontakt s médiami (spolupracuje s HU)
- c) príjem a evidencia prihlášok,
- d) spracovanie štartových listín, záznamových formulárov a časového rozpisu súťaží,
- e) spracovanie písomných informácií na vývesku v mieste súťaže,
- f) označenie plavcov číslami (pridelenie a zber očíslovaných čiapok, alebo bezpečnostných vakov),
- g) zhromaždenie a kontrolu plavcov pred štartom každého závodu, presun k miestu štartu
- h) zber záznamových listov od všetkých rozhodcov,
- i) spracovanie výsledkových listín na mieste, zverejnenie, písomné zaslanie klubom.

Tajomník úzko spolupracuje s hlavným usporiadateľom, technickým riaditeľom a hlavným rozhodcom.

Článok 11.

Štartér

- a) Zaujme také stanovisko, aby bol dobre viditeľný a aby sám dobre videl na štartovú líniu.
- b) Riadi súťažiacich od okamihu pokynu vydaného hlavným rozhodcom, usmerňuje ich pri nástupe na štartovú líniu, upozorní na jej prekročenie.

- c) Hlási čas do štartu (napr. 2 minúty ... 1 minúta ... pol minúty do štartu)
- d) Vlastný štart realizuje tak, že vztýči pravicu (so štartovacou zástavkou), mávne pažou smerom dole a súčasne akustickým signálom vydáva príkaz k štartu.
- e) Za porušenie platných zásad pri štarte dáva návrh na diskvalifikáciu. Opakovaný štart sa nekoná.
- f) Zodpovedá za dodržanie časového rozpisu súťaže.

Článok 12.

Časomerač

- a) Zaujme polohu presne na pokračovaní cieľovej línie (vymedzenej bójkami). Stopkami s pamäťou na medzičasy zaznamenáva časy jednotlivých plavcov v cieľi.
- b) Pri cieľovej línii zachytáva časy prechodu hlavy plavca touto líniov, pri pevnej cieľovej ploche , alebo cieľovej bóji, zaznamenáva čas dotyku rukou.
- c) Je zodpovedný za správne meranie jednotlivých časov a (hlavne pri disciplínach 750 a 1000m) na blížiac sa prekroenie limitu 22, 26 resp. 30 min. Prekroenie oznámi hlavnému rozhodcovi, ktorý dá príkaz sprevádzajúcemu rozhodcovi dohovoreným spôsobom na ukončenie súťaže príslušného účastníka.
- d) Pri klasických stopkách diktuje časy zapisovateľovi, pri elektronických stopkách len presne zaznamenáva časy plavcov.
- e) Pre zvýšenie istoty zachytenia všetkých časov, správny záznam poradia a ich následné spárovanie je žiaduce, aby časomeračov i cieľových rozhodcov bolo viac.

Článok 13.

Cieľový rozhodca

- a) Cieľový rozhodca musí byť na mieste, odkiaľ má nerušený výhľad na cieľový priestor, čo najbližšie k súťažiacim, aby dokázal bezchybne odčítať ich štartové čísla napísané na tele, alebo na plaveckej čiapke
- b) Sleduje prechod hlavy plavca cieľovou líniov, alebo dotyk cieľovej plochy rukou plavca. Poradie súťažiacich zapisuje buď sám, alebo lepšie, hlási ho zapisovateľovi, ktorý ho zaznamenáva na záznamový list v príslušnom poradí. Pokiaľ je to možné, je treba mať pri cieľovom rozhodcovi aj zapisovateľa. To umožní rozhodcovi výlučne sledovať plavcov, bez nutnosti odvrátiť zrak a zapisovať poradie v cieľi.
- c) Súčasné preťatie cieľovej roviny alebo súčasný dohmat cieľovej plochy dvoch plavcov vyznačí zakrúžkovaním.

- d) Do záznamového listu s poradím plavcov následne časomerač doplní namerané časy (spáruje ich), záznamový list odovzdá na podpis HR a odošle na spracovanie výsledkovej listiny.

Článok 14.

Sprevádzajúci rozhodca

- a) Nachádza sa v sprevádzajúcom člne, ktorý súčasne plní úlohu záchranného plavidla.
- b) Udržiava si prehľad o všetkých súťažiacich na trati.
- c) Kontroluje dodržiavanie pravidiel predpísaných pre daný plavecký spôsob a príslušnú disciplínu, správnosť oboplávania bójok a pohybu na trati.
- d) Sleduje športové správanie pri plávaní, pri vážnom porušení dáva HR návrh na diskvalifikáciu plavca.
- e) Sleduje nápadné prejavy vyčerpanosti, zmeny plaveckého tempa a pod., dáva signál na ukončenie plávania konkrétneho plavca.
- f) Podľa príkazu hlavného rozhodcu oznámi súťažiacemu prerušenie súťaže v dôsledku nedodržania časového limitu, resp. iného závažného dôvodu. V prípade potreby vojde plavcovi do dráhy člnom a fyzicky ho zastaví. Pomáha súťažiacemu pri výstupe z vody tak, aby nestratil prehľad o ostatných súťažiacich.
- g) Kontroluje počet vykonaných obrátok a sleduje poradie plavcov.
- h) Musí poznať a ovládať pravidlá prvej pomoci.

Článok 15.

Obrátkový rozhodca

- a) Jeho umiestnenie závisí na charaktere vytýčenej trate. Môže mať stanovisko na brehu, prípadne na člne vo vode.
- b) Kontroluje, či súťažiaci na obrátke oboplávali bóje určeným spôsobom, Zapisuje obrátky súťažiacich do záznamového listu .
- c) Priestupky proti dohovoreného spôsobu oznámi hlavnému rozhodcovi. Rovnako ich uvedie do záznamového listu, ktorý podpíše a odovzdá hlavnému rozhodcovi.

Článok 16.

Zdravotník, alebo lekár súťaže

Optimálny stav, o ktorý je potrebné usilovať, predstavuje určenie a prítomnosť samostatného lekára súťaže (ktorý, pochopiteľne, nemôže byť zároveň účastníkom súťaže) a prítomnosť RLP (rýchlej lekárskej pomoci) alebo RZP (rýchlej zdravotnej pomoci) aj s vozidlom. Dočasné

riešenie predstavuje iný zdravotnícky pracovník, najlepšie so špecializáciou "zdravotnícky záchranár".

- a) Je povinný mať pri sebe zdravotnícke potreby v takom rozsahu, aby mohol okamžite poskytnúť účinnú neodkladnú odbornú predlekársku pomoc.
- b) Preveruje platnosť lekárskeho prehládok súťažiacich a vykonáva vizuálnu kontrolu zdravotného stavu súťažiacich v rámci primeraných možností.
- c) V prípade zistených zdravotných nedostatkov, oznámi hlavnému rozhodcovi mená súťažiacich, ktorých navrhuje zo súťaže odvolať.
- d) Informuje hlavného rozhodcu o nevhodných podmienkach súťaže, ako aj o odvolaní súťaže, pri náhlom zhoršení poveternostných podmienok, ktoré by ohrozili bezpečnosť a zdravie súťažiacich.
- e) Je zodpovedný hlavnému rozhodcovi za svedomitú a nekompromisnú vykonávanie zdravotnej činnosti pri súťaži.

November, 2021

Riadiaci výbor Slovenského pohára v zimnom plávaní