

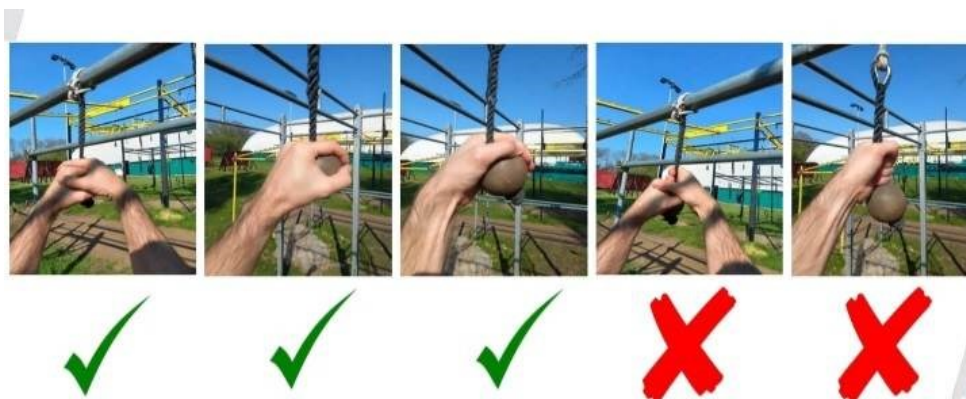
# **PRAVIDLA PŘEKÁŽEK**

**MISTROVSTVÍ ČR V OCR  
CHOMUTOV / 26. - 28. 4. 2024**



## Obecná pravidla překážek

- Začíná se před lajnou a na prvním segmentu (pokud není v textu u konkrétní překážky určeno jinak)
- Segmenty se mohou vynechávat
- Končí se zazvoněním rukou na zvonek nebo za čarou (je specifikováno u každé překážky)
- Celá překážka je pouze pro použití rukou nebo rukou a nohou
- Pokud ke zdolání překážky používá závodník nějaký mobilní segment (kolíky, kruhy, třmeny), je nutné ho po ukončení pokusu vždy vrátit na původní místo/do startovní pozice
- Segmenty lze chytat pouze podle dané grafiky (viz.níže)
- Vzájemná pomoc je zakázána kromě kategorie OPEN a štafet ve společném úseku.
- **Na některých překážkách bude speciální růžový zvonek pro ženy** (informace bude zveřejněna v pátek 26. dubna 2024 na FB ČAPS)



## POKUSY (podrobněji viz obecná pravidla)

- Pro kategorie ELITE a AGE GROUP jsou všechny překážky povinné.
- Závodníci v kategorii **ELITE** mají pouze **jeden pokus** na překážku
- Závodníci kategorie **AGE GROUP** mohou **neomezeně** opakovat pokusy
- Závodníci kategorie **OPEN** mohou **neomezeně** opakovat pokusy o zdolání překážky, či překážku vynechat
- **překážky stěny, balanc, přelez podlez mají neomezený počet pokusů pro všechny kategorie.**

## GR COMBO (Gladiator Race)

**Popis překážky:** Kombinovaná překážka, která se skládá z překážky **TWISTER** a **DNA**.

Při zdolávání překážky je nutné začít prvním (nástupním) chytem. Jakýkoliv kontakt se zemí v průběhu zdolávání překážky, se považuje za její nesplnění. Překážka je splněna dotekem rukou zvonku. Je povoleno držet se nosné konstrukce při přechodu z části TWISTER na část DNA.

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- závodník a závodnice využijí k nástupu na překážku pouze připravený stupeň
- vynechávat jednotlivé segmenty
- používat prostřední nosnou příčku konstrukce při přechodu z první části na druhou

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- využívat jiné části překážky (např. konstrukční lana, nosné a točivé tyče) k jejímu zdolání, než určené segmenty
- 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





## **LOW RIG** (Gladiator Race)

**Popis překážky:** Ručkovací konstrukce s různými typy chytů v nízké výšce (low rig). Překážka je splněna zazvoněním na zvonek rukou.

Při zdolávání překážky je nutné začít ve vymezeném prostoru před čarou na prvním segmentu. Jakýkoliv kontakt se zemí v průběhu zdolávání překážky, se považuje za její nesplnění.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- vynechávat jednotlivé segmenty
- používat na jednotlivých segmentech ruce i nohy v souladu s pravidly

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- využívat jiné nosné konstrukce překážky (trámy)
- využít svislé části konstrukce (stojny a zavětrování)
- dotýkat se v průběhu zdolávání překážky země
- držet gripy (misky, koule apod.) za nosnou železnou část (štopka)





## HIGH TO LOW (Gladiator Race)

**Popis překážky:** Ručkovací konstrukce s různými typy chytů **TOROZ**. Překážka je splněna zazvoněním rukou na zvonek.

Jakýkoliv kontakt se zemí v průběhu zdolávání překážky se považuje za její nesplnění. Při zdolávání překážky je nutné začít vždy lanem a prvním (nástupním) chytem.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- závodník a závodnice využijí k nástupu na překážku pouze připravené lano
- po začátku na prvním chytu vynechávat jednotlivé segmenty

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- využívat jiné části překážky než chyty (např. nosné části konstrukce) k jejímu zdolání
- 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



## GIBBON SLACKLINES (Gladiator Race)

**Popis překážky:** Samonosná konstrukce držící slackline, kterou závodník musí přejít od vyznačeného bodu bez doteku země až na konec slackline opět do vyznačeného místa. Začíná se na první kovové části a končí na koncové kovové části.

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- po slackline přecházet pouze pomocí nohou

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- využívat jiné části překážky (např. konstrukční lana) k jejímu zdolání, než daný segment
- vzájemná pomoc závodníků
- pomáhat si rukama
- lézt po čtyřech
- plazit se po kladině po bříše
- dotýkat se v průběhu zdolávání překážky země





## **MONKEY BUSINESS** (Gladiator Race)

**Popis překážky:** Ručkovací konstrukce s různými typy chytů. Překážka je splněna zazvoněním na zvonek rukou.

Jakýkoliv kontakt se zemí v průběhu zdolávání překážky, se považuje za její nesplnění. Při zdolávání překážky je nutné začít prvním (nástupním) chytem. Končí se zazvoněním na zvonek.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- závodník a závodnice využijí k nástupu na překážku pouze připravený stupeň, nebo mohou využít dopomoc ostatních závodníků
- 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)
- dotýkat se v průběhu zdolávání překážky její konstrukce nohama
- dotýkat se v průběhu zdolávání překážky země





## VYNDAVAČ 5.0 (Překážkáč)

**Popis překážky:** Začít před lajnou na prvním segmentu. Přeručkovat první a druhou část za pomoci rukou a nohou. Bez kontaktu se zemí se dostat až na finální zeď, která se přeleze na druhou stranu.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- vynechávat jednotlivé segmenty

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- využívat jiné části překážky (např. konstrukční lana, provázky, řetězy, na kterých jsou segmenty zavěšeny) k jejímu zdolání, než určené segmenty
- k nastoupení na překážku využít svislé části konstrukce (stojny)
- dotýkat se v průběhu zdolávání překážky její konstrukce nohama
- dotýkat se v průběhu zdolávání překážky země



## NUNCHUCK TWISTER (OCR Academy)

**Popis překážky:** pomoci ostnů na točícím segmentu přeručkovat z jedné strany překážky na druhou. Začíná se na trámů na prvním segmentu/kolíku a končí se zvonkem

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- ke zdolání používat pouze ruce
- k nástupu na překážku (na trám) je možné využít konstrukci překážky
- seskočit z překážky za trámem na zem

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- ručkovat na vodorovné tyči
- dotknout se země uvnitř překážky (po tom co stojíte na druhé trámu po úspěšném překonání)
- pomáhat si boční konstrukcí
- využít více než jednu dráhu





## **ATLAS CARRY** (OCR Academy)

**Popis překážky:** přenesení koule ve vyznačeném okruhu

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- položit kouli na zem a zase zvednout ve stejném místě

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- zkrácení dráhy
- kutálení koule
- nosení koulí nad úrovní ramen





## **SKULL VALLEY** (OCR Academy)

**Popis překážky:** Začíná se na trámu na prvním segmentu. Přeručkovat pomocí zavěšených segmentů. Úspěšné ukončení překážky je zazvoněním na zvonek.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- ke zdolání překážky je povoleno používat pouze ruce

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- dotknout se země uvnitř překážky
- využívat řetěz nebo uchycení segmentů
- použít boční konstrukci překážky
- využít více než jednu dráhu
- držet zavěšené desky ze shora
- zakázáno používat nohy





## **CAPTAIN HOOK** (OCR Academy)

**Popis překážky:** Začíná se před lajnou. Přeručkovat pomoci háků od úvodní červené pásky, končí se zvonkem. **Háky je závodník povinen vrátit na začátek překážky.**

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- ke zdolání překážky je povoleno používat pouze háky držící v ruce

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- dotknout se země uvnitř překážky
- použít boční konstrukci překážky
- využít více než jednu dráhu
- držet háky v místě kde jsou obarveny na červeno
- pomáhat si jinak než rukama (není dovoleno používat nohy)





## **CLIMB OVER** (OCR Academy)

**Popis překážky:** překonat horní vodorovnou kládu vrchem pomocí jednoho ze zavěšených lan.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- používat ruce a nohy

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- použití boční konstrukce překážky
- využití více než jednoho lana





## TREE WALK (OCR Academy)

**Popis překážky:** Začíná se před lajnou na prvním segmentu. pomocí lan a svislých klád překonat vnitřní prostor překážky. Úspěšné ukončení překážky je zazvonením na zvonek.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- použít k překonání rukou a nohou

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- dotknout se prostoru uvnitř překážky
- využít více než jednu dráhu
- dotknout se konstrukce uvnitř překážky včetně počáteční a koncového trámu
- držet klády ze shora nebo horní desky
- zazvonit na zvonek jinou částí těla než ruce



## **PŘELEZ PŘESKOČ** (Predator Race)

**Popis překážky:** překonání překážky ve směru šipky, tedy horem, spodem nebo středem.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- použít k překonání rukou a nohou

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- překonat překážku jiným směrem než je vyznačeno šipkou
- využít boční konstrukce





## **DESKY** (Wild monkey challenge)

**Popis překážky:** Překážka začíná před lajnou na prvním segmentu, jakýkoliv kontakt se zemí v průběhu zdolávání překážky je považováno za nezdolání překážky. Překážka končí zazvoněním rukou na zvonek.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- chytat se nahoře za desku, používat nohy do děr v deskách

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- jakkoli používat konstrukci, na které desky a segmenty visí.
- Nesmí se využívat provazy/řetězy, na kterých jsou segmenty zavěšené.





## LA SEGMENTS (Wild monkey challenge)

**Popis překážky:** Nástup na překážku je před vyznačenou lajnou a začíná na prvním segmentu. Jakékoli přešlápnutí je bráno jako nezdolaná překážka. Jakýkoliv kontakt se zemí v průběhu zdolávání překážky je považováno za nezdolání překážky. Překážka končí zazvoněním rukou na zvonek.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- Používat pouze ruce

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- jakkoli používat konstrukci, na které segmenty visí.
- Nesmí se využívat provazy/řetězy, na kterých jsou segmenty zavěšené.





## DEADPOOL - INVERSE VALKYRIE (Gladiators Challenge)

**Popis překážky:** Začíná se na prvním kruhu a před lajnou. Překážka se zdolává pouze rukama. Překážka končí za čarou.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- vynechávat segmenty

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- použití konstrukčních prvků překážky
- použití nohou na kruzích
- kontakt se zemí.





## **STAIRWAY-MONKEY** (Predator Race)

**Popis překážky:** Ručkovací konstrukce. Závodník ručkuje postupně přes každý segment (každý schod) překážky, nahoru a dolů. Začátek zdolávání překážky je na prvním schodu a za zdolání je považováno zazvonění na zvonek rukou.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- vynechávat segmenty

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- použití konstrukčních prvků překážky
- použití nohou
- kontakt se zemí



## **WHEELS** (Predator Race)

**Popis překážky:** Závodník ručkuje postupně přes pevná i pohyblivá kola. Ručkuje se pouze po žlutých segmentech. Za zdolání překážky se považuje zazvonění na zvonek rukou.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- používat nohy

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- použití konstrukčních prvků překážky
- dotyk země
- dotyk s konstrukcí překážky





## **FLYING MONKEY** (Predator Race)

**Popis překážky:** závodník musí přeskákat pomocí rukou na konec překážky. Za úspěšné zdolání se považuje zazvonění rukou na zvonek

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- používat pouze ruce

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- použití konstrukčních prvků překážky
- dotyk země
- použití nohou
- ručkovat - závodník musí z tyče na tyč přeskočit obouma rukama zároveň



## IRSKÁ LAVICE (Predator Race)

**Popis překážky:** Závodník překonává žlutý segment (dřevěná kulatina) bez použití nosné konstrukce (čili lešení) vrchem.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- používat pouze ruce a nohy

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- použití konstrukčních prvků překážky





## **WALL 2.5** (Predator Race)

**Popis překážky:** Závodníci překonávají šikmou stěnu, klasicky ve směru běhu.

Závodník se rozběhne proti šikmé ploše, chytí se za její horní hranu, poté přeleze a seskočí na druhou stranu.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- používat pouze ruce a nohy

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- použití konstrukčních prvků překážky
- chytat se za boční stranu stěny





## DESTIČKY (Stupka)

**Popis překážky:** Překonání překážky ručkováním po dřevěných destičkách. Začátek překonávání překážky je z podlahy před lajnou na prvním segmentu. Na konci musí závodník zazvonit rukou na zvonek. Destičky se drží pouze z bočních a spodních stran.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- používat pouze ruce

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- použití konstrukčních prvků překážky
- dotek země
- dotyk vrchní nosných trámů
- chytat destičky na horní straně





## SVĚTLO NA KONCI TUNELU (ČAPS)

Tato překážka je volitelná a po jejím úspěšném zdolání získává závodník 1 JOKER navíc. Překážku však může závodník vynechat bez trestu.

**Popis překážky:** Závodník musí po vyznačené trase vyběhnout kopec a ve skruži vzít 1 kus předmětu, který posléze stejnou cestou přinese dobrovolníkovi na překážce. Ten mu posléze připne náramek/život navíc.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- využití nohou a rukou

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- vybočit z vyznačené trasy

## **DEADPOOL – ROPE JUNGLE** (Gladiators Challenge)

**Popis překážky:** Začíná se na prvním segmentu/lanu a před lajnou. Překážka se překonává pouze pomocí rukou. Úspěšné ukončení překážky je zazvoněním na zvonek.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- vynechávat segmenty

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- použití konstrukčních prvků překážky
- použití nohou na segmentech
- kontakt se zemí



## **LOW RIG** (Predator race)

**Popis překážky:** Překonání low rigu pomocí rukou i nohou na různých typech segmentů. Nástup před čarou a ukončení překážky zazvoněním na zvonek rukou.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- používat ruce a nohy

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- použití konstrukčních prvků překážky
- dotek země
- přešlap startovní čáry
- chytat se za provázky, na kterých jsou zavěšeny segmenty



## LOW RIG (Fénix Plzeň)

**Popis překážky:** Překonání low rigu pomocí rukou i nohou na různých typech segmentů. Nástup před čarou a ukončení překážky zazvoněním na zvonek rukou.

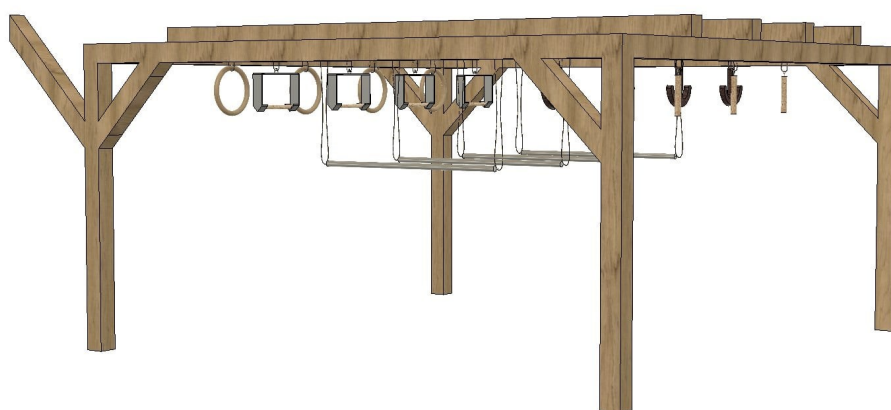
Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- používat ruce a nohy

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- použití konstrukčních prvků překážky
- dotek země
- přešlap startovní čáry
- chytat se za provázky, na kterých jsou zavěšeny segmenty





## FLYING SEGMENTS (Fénix Plzeň)

**Popis překážky:** Překonání překážky pomocí přeskoků. Start před čarou na prvním segmentu, mezi segmenty musí být letová fáze, kdy se alespoň na krátký okamžik nedotýká žádná ruka segmentu. Ukončení překážky: zazvoněním na zvonek rukou

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- používat pouze ruce

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- použití konstrukčních prvků překážky
- dotek země
- přešlap startovní čáry
- chytat se za provázky, na kterých jsou zavěšeny segmenty
- ručkovat po segmentech způsobem, kdy se jedna ruka při přeskoku drží předchozího segmentu, tj. nedojde k letové fázi



## Iron Mary (Fénix Race)

**Popis překážky:** Překonání překážky pomocí 2 tyčí s hákem, v jedné dráze. Začátek překážky ve visu na první tyči v prvním oku, druhá tyč je připravená v ruce. Ukončení překážky zavěšením jedné tyče do posledního oka a zazvoněním na zvonek rukou. Závodník vrací tyče na původní místo

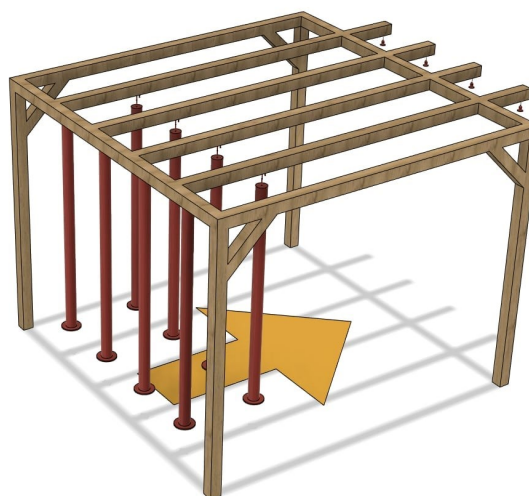
Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- používat ruce a nohy
- Je povoleno opření tyče o zem v průběhu překonávání překážky

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- použití konstrukčních prvků překážky
- dotek země
- Zazvonění na zvonek před zavěšením tyče do posledního oka (bezpečnostní opatření)
- přešlap startovní čáry





## **BESTIAL WOOD** (Fénix Race)

**Popis překážky:** Nošení břemene po vyznačeném okruhu, který bude zahrnovat i zdolávání některých překážek s tímto břemenem.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

## **Kanystř** (Fénix Race)

**Popis překážky:** Nošení břemene po vyznačeném okruhu.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### **Při zdolávání překážky je povoleno:**

- položit kanystř na zem a zase zvednout ve stejném místě

### **Při zdolávání překážky je zakázáno:**

- zkrácení dráhy
- tahání kanystř
- nosení kanystř nad úroveň ramen

## **Plazení** (Fénix Race)

**Popis překážky:** Plazení pod vymezeným prostorem.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

## **CATCH YOUR RING** (Fénix Race)

**Popis překážky:** Začátek překážky začíná na prvním segmentu před páskou pomocí připraveného kruhu. Následuje překonání překážky pomocí překlopného žebříku, kdy závodník vloží na začátku žebříku kruh do žlábků (součástí konstrukce), a musí ho chytit po překlopení žebříku do ruky (kruh vypadne ven). Následuje přechod na segment a zhoupnutí pomocí kruhu na zvonek.

Ukončení překážky je zazvoněním na zvonek.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### **Při zdolávání překážky je povoleno:**

- používat pouze ruce

### **Při zdolávání překážky je zakázáno:**

- použití konstrukčních prvků překážky
- dotek země
- Dokončit překážku bez chycení kruhu. Neumístit kruh do drážky, ale např. navléknout na loket. Chytat za kotvu pro umístění kruhu rukou.
- přešlap startovní čáry





## BALANC BLOKS (Fénix Race)

**Popis překážky:** Překonání překážky pomocí 2 špalíků. Začátek překážky je oba špalíky před čarou. Obě nohy jsou na špalíkách.

Ukončení překážky jsou obě nohy na špalíkách za druhou čarou. Závodník vrací špalíky na původní místo.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- Dotek kterékoliv části těla o zem. Měnit polohu špalíčků - musí zůstat ve vodorovné poloze.



## **PEG LADDER** (Fénix Race)

**Popis překážky:** Začátek překážky začíná před čarou, kolíkem v první drážce. Následuje překonání překážky pomocí kolíků. Ukončení překážky je zazvoněním na zvonek.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

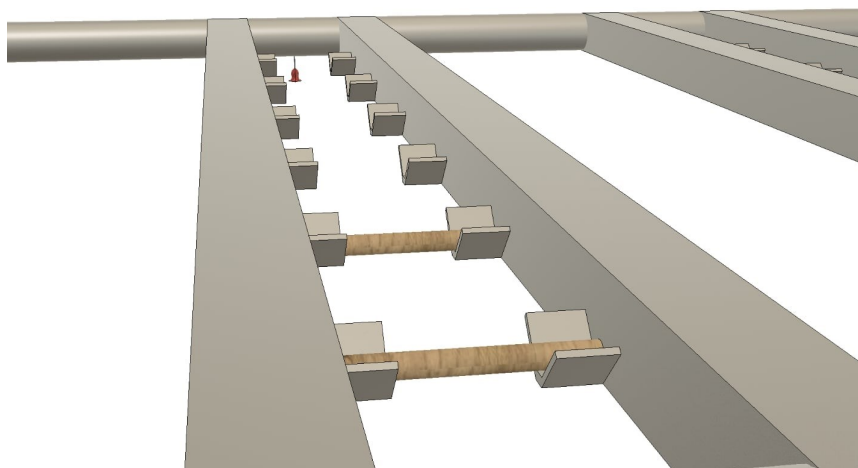
- používat pouze ruce

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- použití konstrukčních prvků překážky
- dotek země
- přešlap startovní čáry

### Pravidla pro společnou část štafet:

- Začátek překážky začíná před čarou, kolíkem v první drážce prvním závodníkem.
- Žádný ze závodníků nesmí vstoupit za čáru po zahájení pokusu prvním závodníkem
- Štafeta má k dispozici 4 kolíky – vzájemná pomoc je dovolena
- První závodník nesmí ukončit překážku dříve, než jí poslední zahájí, jinak je bráno jako nesplnění překážky
- Překážka je ukončena zazvoněním rukou na zvonek
- Za nezdolání překážky právě ten závodník ztrácí náramek, ostatní závodníci štafety se mohou dále snažit o překonání překážky, štafeta tak může ztratit 1-3 náramky





## **DESKY S HÁKY** (Myslív Race)

**Popis překážky:** Překonání překážky pomocí 2 háků s rukojetí do otvorů v desce v jedné dráze. Začátek překážky ve visu v krajních otvorech desky. Ukončení překážky zazvoněním na zvonek rukou. Závodník vrací háky na původní místo.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- používat jen ruce

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- použití konstrukčních prvků překážky
- dotek země
- přešlap startovní čáry



## **LOW TRICEPS BAR** (Fénix Race)

**Popis překážky:** Začátek překážky začíná oběma rukama před první páskou. Následuje překonání překážky pomocí rukou.

Ukončení překážky jsou obě ruce za druhou páskou.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- používat pouze ruce

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- dotek země
- mít za páskou pouze 1 ruku

## **KRUHY VE VZPORU** (Stupka)

**Popis překážky:** Kruhy budou zavěšené těsně nad zemí. Cílem závodníka je dostat se na druhou stranu za pomoci kruhů rukama i nohama. Začátek a konec překážky je za lajnou.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- dotýkat se kruhů jakýmkoliv způsobem
- Opora o zavěšená lana je dovolená.

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- dotyk země uprostřed lajny, dotyk konstrukce a držení lan



## **ZEĎ** (SDH BLATNO)

**Popis překážky:** překonání překážky horem

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- použít k překonání rukou a nohou

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- překonat překážku jinak než horem
- využít boční konstrukce

## **KLADINA** (SDH BLATNO)

**Popis překážky:** Začíná se před lajnou. Přeběhnout/přejít po jedné kladině na konec. Překážka končí opět za lajnou.

Vzájemná pomoc: **ZAKÁZÁNA**

### Při zdolávání překážky je povoleno:

- použít k překonání pouze nohy

### Při zdolávání překážky je zakázáno:

- překonat překážku jinak než horem po kladině
- používat ruce