**TFA**

**Horní Čermná 7.12.2019**

**Provedení soutěže**

Cílem jednotlivce je splnit všechny za sebou jdoucí disciplíny, předepsaným způsobem, v

předepsaném pořadí a co nejrychleji. Soutěžící smí využít svého vodiče, ten mu však nesmí

fyzicky napomáhat. Pořadí disciplín smí pořadatel upravit.

**Výstroj a výzbroj soutěžících**

- triko s krátkými nebo dlouhými rukávy,

- zásahový oblek pro hasiče (**třívrstvý**), DOROST– pracovní stejnokroj PS II

- přilba pro hasiče, DOROST – přilba schváleného typu pro požární sport

- pracovní rukavice,

- jakákoliv obuv – POZOR nesmí se použít tretry,

- izolační dýchací přístroj – jen jako zátěž (dodá pořadatel), DOROST - bez IDP

**Disciplíny**

**Start na výstřel rozhodčího**

***Disciplína č. 1 "Hammer Box":***

 Uchopí obouruční kladivo a provede **60** úderů do jeho konstrukce (střídavě nahoru a dolů),

 poté kladivo odloží zpět do ***Hammer Boxu***

 ***ŽENY a DOROST –* 20 uderů**

***Disciplína č. 2 "Motání hadic":***

 Závodník přibíhá ke dvěma hadicím, rozvinutou hadici **B** smotá na koncovku a odkládá do

 boxu, ze kterého nesmí přečnívat. Přeloženou hadici **B** smotá v ruce a odkládá do boxu, ze

 kterého nesmí bokem přečnívat.

**ŽENY a DOROST** –**přepůlená hadice “C“.**

***Disciplína č. 4 "Figurína":***

 Ležící figurínu uchopí obouruč zezadu pod pažemi (Raitekův úchop) a přemístí koridorem do

 stanovené vzdálenosti (**20m**), kde ji položí na vyznačené místo.

 **ŽENY a DOROST – 5M**

***Disciplína č. 6 "Barely":***

 Uchopí dva barely (**2x25kg**), které přenese k otáčce a zpět a položí na určené místo (**20m**).

 **ŽENY a DOROST – 10kg**

***Disciplína č. 7 "Vytažení barelu":***

 Vylezeni po žebříku (**příčka po příčce**), náhle vytáhnout 20kg barel a položit na podlahu. Slezení po žebříku (příčka po příčce).

 **ŽENY a DOROST - barel 10kg**

***Disciplína č. 8 "Schodiště":***

 Vyběhnuti a seběhnutí schodiště cca **50schodů**

***Disciplína č. 9 "Auto pneu":***

 Projde skrz ležící automobilové pneumatiky, kdy do každé musí jednou nohou šlápnout.

***Disciplína č. 10 "Okýnko":***

 Proleze otvorem 70x70 cm 1,1m nad zemí.

***Disciplína č. 11 "Tunel":***

Soutěžící uchopí 30kg barel a proběhne s tunelem (tam i zpět).

**Cíl, zmáčknutí hříbku.**

**Těšíme se na vás, SDH Horní Čermná**