

POKYNY PRO ZAČÁTEČNÍKY :

1. Do průkazu dělej pouze křížky (nepřetahovat = trestná minuta).
2. Na kontrolách pečlivě čti zadání pro jakou je kategorii – hlavně uzly.
3. Na uzlech po uvázání řekni „mám“, uzel moc neutahuj, po zhodnocení rozhodčím zase rozvaž. Když ho neumíš, uvaž jakýkoliv jiný nejjednodušší (třeba jako uzel na botě).
4. Na míčku háže každý ze své vzdálenosti podle věku, předškoláci můžou z 5m. Pozor na přešlap čáry = trestná minuta).
5. Na orientaci mapy – otoč mapu podle buzoly shodně s terénem (např. můžeš ukázat a říct kde je sever).
6. Seznam se s plánkem tratě a zkratkami kontrol jak jdou po sobě, můžeš si poznačit třeba na ruku, ať víš, kdybys něco přeběhl. Nejlépe když si v průkazu ukážeš co budeš vyplňovat jako první, druhé, třetí.
7. Měj vždy náhradní propisku (často se ztrácí nebo dopíšou), nejlépe na krku na gumičce, z kapsy vypadne. Povolena je jen modrá nebo černá nebo centropen, ne tužka.

Důvody k diskvalifikaci (od krajských závodů):

1. Vynechání kontroly (Pokud zjistíš, že jsi přeběhl TT, KPČ, D – doplň křížky kamkoliv ještě než proběhneš cílem. Nesmí chybět stanoviště s rozhodčím.
2. Ztráta nebo poškození průkazu (nečitelnost).
3. Nezapsání odhadu – bílá trať(rozhodčí nepodepisuje, jen hlídá abys nekrokoval a zapsal).
4. Necvaknutí azimutu (špatně označený = penalizace 10 min. bílá, 20 min. červená trať).
5. Nediskutovat s rozhodčím, on nesmí radit.
6. Neradit si na trati ani nepřijímat pomoc (výjimka při ohrožení zdraví).
7. Dvojice musí doběhnout společně na kontroly i do cíle (počítá se čas druhého).
8. Mimo vlastní soutěž se nesmí na trať! Před závodem se rozklusej a rozcvič – protáhni mimo trať, na trať nechod ani před závodem, ani když už jsi doběhl. Na trať nevstupují ani organizátorem nepověření rodiče.