کد لباس اجباری برای شرکت کنندگان:

* چکمه های خدمات آتش نشانی
* ژاکت آتش نشانی
* شلوار آتش نشانی
* کلاه ایمنی آتش نشانی
* دستکشهای آتش نشانی باید به صورت شخصی حمل شوند. پوشیدن در اختیار شرکت کننده است

شرکت کننده در هر زمان باید لباسهای محافظ آتش نشانی را طبق آنچه در بالا ذکر شد بپوشد

برای جلوگیری از تأخیرهای غیرضروری در جدول زمانی ، شرکت کنندگان باید  1 ساعت قبل از زمان شروع برنامه خود به اداره مسابقه معرفی کنند.

اگر زمان استراحت یا زمان شروع به دلیل برگزارکننده ها به تأخیر بیفتد ، تأخیرها ذکر می شوند و 1: 1 منتقل می شوند.

تمام مراحل باید در مدت 5 دقیقه و برای شرکت کنندگان خانم در عرض 6 دقیقه انجام شود. در صورت زمان بیش از زمان فوق مرحله توسط داور مخطومه اعلام میگردد. شرکت کننده قادر به ادامه در رقابت خاهد بود اما برای این مرحله 5 دقیقه به علاوه 4 دقیقه به علاوه و هر گونه مجازات متحمل شده در طول مرحله منظور میگردد.

در صورت خروج شرکت کننده ، او می تواند در رقابت ادامه دهد اما باز هم حداکثر زمان مجاز به اضافه 4 دقیقه پنالتی به علاوه هر پنالتی که صورت گرفته باشد منظور خواهد شد..

اگریکی از مراحل به طور کامل کامل نشده باشد (برای مثال اگر وزنه تا مرحله 3 بالاکشیده نشده باشد) یک پنالتی 4دقیقه منظور میشود همراه با هر گونه مجازات متحمل .

شرکت کنندگان دقیقاً 10 دقیقه پس از شروع مرحله قبلی ، مرحله جدید را آغاز می کنند. این وظیفه شرکت کنندگان است که به زمان شروع پایبند باشند.

به عنوان مثال: شرکت کنندهدر مرحله اول از ساعت 12:00 شروع می کند در ساعت 12:10 همان شرکت کنندهباید مرحله 2 را شروع کند.. در 10 دقیقه بین ساعت 12:00 و 12:10 شرکت کننده موظف است مرحله 1را در حداکثر زمان در دسترس تکمیل کند. مثلا 5  یا 6 دقیقه - بقیه ،مدت زمان بازیابی در نظر گرفته می شود .

شرکت کننده با سریعترین زمان کلی برنده می شود.

**مرحله ی 1**

# تنظیمات مرحله 1

اینمرحله باید  با پوشیدن کوله پشتی تجهیزات تنفسی  از جمله سیلندر هوا  تکمیل شود  (بدون ماسک)

**کشیدن شیلنگ:**

دو شلنگ از نوع ب در سمت چپ و راست شرکت کننده در هر مسیر قرار می گیرد. شیلنگ ها بصورت حلقه قرار می گیرند و فقط می توان آنها را به صورت کامل بکشید. درهیچ صورت شرکت کننده شلنگ را نباید حمل کند.

هر شلنگ از چهار شلنگ 20 متری نوع B با کوپلینگ تشکیل شده است که یک شاخه از نوع B به انتها متصل شده است. حلقه ها از شلنگ منفرد تشکیل شده است.

در شروع هر مسیر ، دستگاه آتش نشانی قرار خواهد گرفت تا شیلنگ را به آن وصل کنید.

**جمع کردن شلنگ:**

در هر مسیر دو شلنگ نوع B به صورت باز شده با فاصله 50 سانتی متر از یکدیگر قرار دارد (فاصله از داخل شلنگ اندازه گیری می شود)

 در انتهای مسیر دو جعبه شیلنگ قرار خواهد گرفت تا شیلنگهای جمع شده داخل آن قرار گیرند.

# پروسه مرحله 1:

**کشیدن شیلنگ:**

* + . شیلنگ ها به پمپ آتش سوزی وصل می شوند
  + شیلنگ ها به طول 75 متر کشیده می شوند - هر دو یا تکی
  + در انتهای 75 متر نوکانشعاب  باید خط پایان را لمس کند
  + شرکت کننده نباید قبل از شروع "  "حلقه حمل" را در داخل شیلنگ قرار دهد

**جمع کردن شلنگ**

* + شلنگ ها باید یکی یکی جمع شوند
  + شیلنگهایجمع شده باید کاملاً درون جعبه شیلنگ قرار گیرند

**خطاهای مرحله 1 :**

|  |  |
| --- | --- |
| جریمه | خطا |
| **حذف از مسابقه** | به موقع به زمان شروع مسابقه نرسد |
| 5 ثانیه | شروع اشتباه |
| 5 ثانیه | کوپلینگ بطور نامناسب به پمپ وصل شده است |
| 30 ثانیه | شیلنگهای حمل شوند (فقط کشیدن مجاز است) |
| 10 ثانیه | شیلنگ ها به سمت مارک کشیده نشده اند  ( شاخه باید به صورت کامل از خط بگذرد)به ازای هر 500 میلی متر قبل از خط |
| 90 ثانیه | شلنگ ها به صورت همزمان جمع شوند |
| 3 ثانیه به ازای هر شلنگ | شیلنگ ها / اتصال به درستی داخل جعبه قرار نگرفته باشد |
| 10ثانیه | دستگاه تنفس بهروی زمین افتاده / با دقت قرار نگرفته باشد |
| به طور خودکار 8 تا 9 دقیقه زمان کل مرحله ثبت میشود | مرحله تکمیل نشده باشد |

زمان کل:

### مردان: حداکثر 5 دقیقه: (عدم تکمیل مرحله در محدوده زمانی + 4 دقیقه. پنالتی = 9 دقیقه.)

### زنان : حداکثر 6  دقیقه: (عدم تکمیل مرحله در محدوده زمانی + 4 دقیقه. پنالتی =10 دقیقه)

#### **جهت توجهدر کارت زمان شرکت کنندگان:**

زمان مسابقه + + جریمه= زمان کل

مثال: 02:10 دقیقه + 3 ثانیه پنالتی = 02:13 دقیقه

مثال: 0 05:0 دقیقه + 3 ثانیه پنالتی = 09:03 دقیقه . به دلیل اینکه حداکثر زمان 5 دقیقه گذشته است.

**مرحله 2**

**دقیقاً 10 دقیقه بعد از شروع وقت آغاز کنید**

اینمرحله باید  با پوشیدن کوله پشتی تجهیزات تنفسی  از جمله سیلندر هوا  تکمیل شود  (بدون ماسک)

**تنظیمات مرحله 2:**

مرحله 2 شامل ماژول های ماشین Keiser Force میباشد، آدمک 85 کیلویی (یا وزنه مشابه) ، بالا رفتن از دیوار 3 متری و خزیدن داخل تونل (حداقل 5 متر و حداکثر 8 متر، ارتفاع نباید قابل راه رفتن باشد)

قرار است ماژول ها به گونه ای تکمیل شوند که مرحله در یک اجرای واحد انجام شود.

# روش مرحله 2:

# 

* + - Keizer Force دستگاه

وزن ماشین با یک چکش 4 کیلوگرمی به مارکینگاعمال شود. سپس چکش در مجاورت ماشین بر روی سکو در مجاورت دستگاه قرار گیرد.

* + - آدمک باید در یک فاصله 70 متری کشیده شود   (احتمالاً با یک چرخش)
    - دو مخزن فوم فشرده یا وزن مشابه هر کدام بیست کیلو از طریق تونل منتقل شود (رفت و برگشت همراه با یک دور) و سپس روی یک سکو قرار می گیرند. کوله پشتی تنفس و سیلندر هوا باید برداشته شده و روی سکو قرار بگیرند
    - دیوار نوردی (3 متر ارتفاع) باید صورت پذیرد ، در صورت نیاز یک طناب ارائه شده است

**خطاهای مرحله 2 :**

|  |  |
| --- | --- |
| جریمه | خطا |
| زمان تاخیر 1: 1 به کل زمان اضافه می شود | شروع مرحله 2 دیرتر از 10 دقیقه پس از شروع مرحله 1 |
| 5 ثانیه | شروع اشتباه |
| 10 ثانیه | قدم بر روی سطح در حال حرکت دستگاه Keiser Force |
| 10 ثانیه | ضربه زدنچكش به طور مكرر (بیش از 2 بار) |
| 3 ثانیه هر کدام | Keizer Force: دستگاه:  5 سانتی متر کوتاه از پایان در هر شروع |
| 3 ثانیه | چکش به درستی پایین قرار داده نشده است |
| 3 ثانیه | ظروف داخل مارک ها قرار نگرفته باشند |
| به طور خودکار 8 (9) دقیقه زمان کل | آدمک تا آخر کشیده نشده است |
| 5 ثانیه | هنگام کشیدن آدمک ،از مسیر را خارج شوید |
| **رد صلاحیت شده** | استفاده از وسایل کمکی غیرمجاز  (به عنوان مثال حلقه حمل) |
| به طور خودکار 8 (9) دقیقه زمان کل | بالا رفتن از دیوار تکمیل نشود |
| 10 ثانیه | دستگاه تنفس روی زمین افتاده / با دقت قرار داده نشده است |
| در کل به طور خودکار 8 (9) دقیقه  زمان مرحله ثبت میشود | مرحله به طور کلی کامل نشده است |

## 

## **زمان کل:**

### مردان: حداکثر 5 دقیقه: (عدم تکمیل مرحله در محدوده زمانی + 4 دقیقه. پنالتی = 9 دقیقه.)

### زنان: : حداکثر 6  دقیقه: (عدم تکمیل مرحله در محدوده زمانی + 4 دقیقه. پنالتی =10 دقیقه)

#### **جهت توجهدر کارت زمان شرکت کنندگان:**

زمان مسابقه + + جریمه= زمان کل

مثال: 02:10 دقیقه + 3 ثانیه پنالتی = 02:13 دقیقه

مثال: 0 05:0 دقیقه + 3 ثانیه پنالتی = 09:03 دقیقه . به دلیل اینکه حداکثر زمان 5 دقیقه گذشته است.

**مرحله 3**

این مرحله باید با پوشیدنکوله دستگاه تنفس شامل سیلندر هوا (بدون ماسک) انجام شود

دقیقاً 20 دقیقه بعد از زمان شروع کار آغاز کنید

**تنظیمات مرحله 3:**

این مرحله شامل یک راه پله است که تا طبقه دوم از ارتفاع معمول می رود.

دو ظرف فوم فشرده 15 کیلوگرم (یا وزن معادل) بلافاصله در مقابل پله ها قرار بگیرند

) یک بسته شیلنگ متشکل از دو شیلنگ از نوع B) درست در خارج از راه پله قرار می گیرد تا بتوان آن را با طناب بالا کشید.

علاوه بر این ،  یک نردبان (طول بین 4 تا 5 متر) که بشود ده آن متصل شد باید فراهم شود. در نهایت یک  شاخه و مانیتور  باید  فراهم شود.

روش مرحله 3:

1. نردبان باید بین نشانگرها قرار بگیرد و به محل اتصال تکیه داده شود
2. دو قوطی کنسانتره فوم باید به طبقه دوم منتقل شده و در زیر نشانک های آنها قرار داده شود
3. بسته شیلنگ قرار است بالا بگیرد
4. دو ظرف فوم فشرده باید به پایین پله حمل شوند و در محل مشخص شده قرار گیرند.
5. شعبه در مانیتور قرار می گیرد

**خطاهای مرحله 3 :**

|  |  |
| --- | --- |
| جریمه | خطا |
| زمان تاخیر 1: 1 به کل زمان اضافه می شود | شروع مرحله 3 دیرتر از 20 دقیقه پس از شروع مرحله 1 |
| 5 ثانیه | شروع اشتباه |
| 3 ثانیه | نردبان در داخل خطوط قرار نگیرد |
| 3 ثانیه | ظرف در داخل خطوط قرار نگیرد |
| به طور خودکار 5 (9) دقیقه زمان کل مرحله ثبت میشود | شیلنگ به بالا کشیده نشده است |
| 10 ثانیه | استفاده از ریل به عنوان پایه /  پا داخل نرده |
| 3 ثانیه | شاخه به درستی وصل نشده است |
| 10 ثانیه | دستگاه تنفس روی زمین افتاده / با دقت قرار داده نشده است |
| به طور خودکار  8 (9)  دقیقه زمان کل مرحله ثبت میشود | مرحله به طور کلی کامل نشده است |

## 

#### **جهت توجهدر کارت زمان شرکت کنندگان:**

زمان مسابقه + جریمه= زمان کل

مثال: 02:10 دقیقه + 3 ثانیه پنالتی = 02:13 دقیقه

مثال: 0 05:0 دقیقه + 3 ثانیه پنالتی = 09:03 دقیقه . به دلیل اینکه حداکثر زمان 4 دقیقه گذشته است.

## 

**مرحله 4**

این مرحله باید با پوشیدن کوله دستگاه تنفس شامل سیلندر هوا (بدون ماسک) انجام شود

دقیقا 30 دقیقه بعد از زمان شروع کار آغاز کنید

روش مرحله 4:

برای اجرای راه پله ،شرکت کننده باید 15 طبقه (ارتفاع معمول سقف) از طریق راه پله اجرا کند

اگر یک ساختمان با 15 طبقه در دسترس نباشد ، ساختمان با تعداد طبقه کمتر می تواند قابل قبول باشد.

 برای هر طبقه کمتر یک ،مسیر افقی 50 متری باید اضافه شود

هیچ مربی یا دستیار مجاز نیست که در هنگام اجرای پله شرکت کننده را همراهیکند.

**خطاهای مرحله 4 :**

|  |  |
| --- | --- |
| جریمه | خطا |
| زمان تاخیر 1: 1 به کل زمان اضافه می شود | شروع مرحله 3 دیرتر از 30 دقیقه پس از شروع مرحله 1 |
| 5 ثانیه | شروع اشتباه |
| رد صلاحیت میشود | به طور عمدی مانع شرکت کننده دیگر شوید |
| 10 ثانیه | دستگاه تنفس روی زمین افتاده / با دقت قرار داده نشده است |
| در کل به طور خودکار 8 (9) دقیقه  زمان مرحله ثبت میشود | مرحله به طور کلی کامل نشده است |

#### **جهت توجهدر کارت زمان شرکت کنندگان:**

زمان مسابقه + جریمه= زمان کل

مثال: 02:10 دقیقه + 3 ثانیه پنالتی = 02:13 دقیقه

مثال: 0 05:0 دقیقه + 3 ثانیه پنالتی = 09:03 دقیقه . به دلیل اینکه حداکثر زمان 5 دقیقه گذشته است.

**دلایل رد صلاحیت**

* عدم حظور به موقع
* لباس غیر مجاز
* ترک مسابقه به طور کامل
* ترک کل محل مسابقه
* رفتار غیر مجاز (غیر ورزشی)
* مانع شدن در برابر شرکت کننده دیگر
* استفاده از وسایل کمکی غیر مجاز (به عنوان مثال: حمل طناب)
* از دست دادن تجهیزات در طول اجرا (استثنا: برداشتن مستقل تجهیزات از دست رفته)
* از بین بردن تجهیزات مسابقه
* عدم رعایت دستورالعملهای داور