Regler:

Obligatorisk bekledning for utøvere,skal vere godkjent brann røykdykkerbekledning:

* Fire service sko
* Fire service jakke
* Fire service bukser
* Fire service hjelm
* Fire Service hansker må vere på antrekket \*\*\*bruk er etter utøvers skjønn \*\*\*

Utøver skal til ei kvar tid bære utstyr som det står ovanfor.

For å unngå unødvendig forsinkelse I tidskjemaet må utøverne melde seg til sekretariatet ein time før deira oppgitte starttid.

Dersom pauser eller starttider vert forsinka p.g.a. arrangør, vil forsinkelsane bli notert og overført . 1:1.

Alle etappene skal vere fullført innen 5 min. og for kvinner innen 6 min. Dersom ein ikkje er ferdig før minstekravet vil etappen bli avslutta av dommer. Utøveren vil få fortsette på neste etappe, men det vil bli lagt til 5 min. pluss 4 min. pluss eventuell straffetid .

Dersom ein utøver avbryter ein etappe, vil han eller ho ha mulighet til å fortsette I konkurransen. Men igjen vile ein få 5 min. pluss 4 min. pluss eventuell tidsstraff lagt til.

Dersom eitt moment I øvelsen ikkje blir fullført ( eksempel ikkje dratt opp slangen I 3. Etappen ) vil 4 min tidsstraff ilegges i tillegg til eventuelt andre tidsstraffer.

Utøvere vil starte nøyaktig 10 min. etter start av forrige etappe. Det er utøvers ansvar å vere klar når starten går.

For eksempel : Utøver X starter kl 12:00 på etappe 1. 12:10 starter same utøver etappe 2. I tida mellom 12:00 og 12:10 skal utøveren fullføre 1. etappe I løpet av maksimumtida ,hhv. 5 el. 6 min- resten er kvile-/ og klargjøringstid.

Utøver med den minste samenlagt tida er vinner.

**Etappe 1**

# Oppsett 1:

**Etappen skal fullføres med pressluftapparat med flaskesett ( uten maske).**

**Slange drag:**

To stk 2,5 " slanger vil vere plassert ,ein på høgre og ein til venstre for utøveren I kvar bane. Slangene vil vere lagt I løkker og kan bare bli dratt ut til full lengde. Slangen skal aldri bæres.

Kvar slangelengde består av 4 stk x20 meter samenkopla og påmontert strålerøyr I enden.

Ved starten av kvar bane vil det vere ei pumpe for å koble på slangene..

**Slange rulling:**

Kvar bane vil ha to stk 2,5" slanger rulla ut med 50 cm avastand til kvarandre ( målt frå innsida av slangane).

Ved enden av banen vil det vere to boksar til å putte dei samanrulla slangene i.

# Prosedyre etappe 1:

**Slange drag:**

1. Koble slangene til brannpumpa.
2. Dra slangene ut 75 meter- enten begge samtidig eller ein om gangen.
3. Ved 75 meter må strålerøret over markeringslinja.

Det er ikkje tillatt å lage ei "bæreløkke " I slangen før start.

**Slangerulling:**

* 1. Slangene skal rulles ein om gangen
	2. Komlett rulla slanger må plasseres heilt inni boksen.

|  |  |
| --- | --- |
| Feil | Straff |
| Ikkje møte til start | **Diskvalifisert**  |
| tjuvstart | 5 sekunder |
| Kupling ikkje kobla skikkelig på pumpe | 5 sekunder |
| Slange blir bært ( bare dra er lov ) | 30 sekunder |
| Slange ikkje dratt til merke(Strålerør må vere over linja) For kvar 500mm som mangler | 10 sekunder |
| Slanger rulla samtidig / dobbel rulling | 90 sekunder |
| Slanger / kuplinger ikkje inni boksen | 3 sekunder / slange |
| Pressluftapparat mista på bakken / ikkje forsiktig nok behandling | 10 sekunder straff |
| Etappen ikkje fullstendig fullført | Automatisk 8 (9) minutter total etappetid logga |

**Total tid:**

### Menn: max. 5 Min. (ikkje fullføre etappen innanfor tidsgrensa + 4 Min. straff = 9 Min.) Kvinner: max. 6 Min. (ikkje fullføre etappen innanfor tidsgrensa + 4 Min. straff = 10 Min.)

#### Noteres I utøverens tidskort :

Banetid+ straff = total tid

Eksempel: 02:10 min + 3 sek. straff = 02:13 min

Eksempel: 05:00 min + 3 sek straff = 09:03 min, fordi maksimumstida på 5 min er overskredet ( menn maks tid )

**Etappe 2**

**Start presis 10 min etter starttid!**

**Etappen fullføres med med pressluftapparat som I etappe 1. ( ingen maske )**

**Oppsett etappe 2:**

Etappe 2 består av modulene Keiser Force Machine, 85 kg dokke ( eller tilsvarande vekt ), klatrevegg ( 3meter m tau) og ein tunnel til å krabbe igjennom ( minst 5 meter og maksimum 8 meter lang (høyden skal ikkje tillate oppreist gange). Modulene skal stilles opp slik at etappen lar seg gjennomføre I eitt samanhengande løp .

# Prosedyre etappe 2:

1. Keiser Force Machine

Vekta på KFM skal flyttes ved hjelp av slag med 4 kg slegge til markeringa. Etterpå skal slegga plasseres innenfor markert område.

1. Dokka skal dras 70 meter ( kan gjøres med ved å snu halvegs )
2. To (2 ) dunker med skumkonsentrat eller tilsvarende 20 kg /stk skal flyttes gjennom tunellen ( tur /retur ) og bli plassert på markert område. Deretter tar man av pressluftapparatet og legger det på markert område.
3. Klatreveggen ( 3m høgd ) forseres , om nødvendig ved hjelp av tau montert tau.

|  |  |
| --- | --- |
| Feil | Straff  |
| Starte etappe 2 meir enn 10 minutt etter å ha starta etappe 1 | Tidsforsinkelsen vil bli lagt til 1:1 til totaltida |
| tjuvstart | 5 sekund |
| Trø på skliflata til Keiser Force Machine | 10 sekund |
| Slå fleire ganger (2x plus) uten å treffe KFM | 10 sekund |
| Keiser Force Machine: per starta2,5 cm som mangler til sluttmarkering | 3 sekund per stk |
| Slegge ikkje lagt riktig fra seg | 3 sekund |
| Dunker ikkje plassert innenfor markert område | 3 sekund |
| Dokke ikkje dratt til endes | automatisk 8 (9) minutt total tid |
| Bevege seg utenfor banen ved trekk av dukke | 5 sekund |
| Bruk av ulovige hjelpemiddel(for eks. bærestropper) | **diskvalifikasjon** |
| Ikkje komme seg over veggen | automatisk 8 (9) minutt total tid |
| Pressluftapparat mista i bakken / ikkje håndtert forsiktig | 10 sekund straff |
|  Løypa ikkje gjennomført i heilhet | automatisk 8 (9) minutt totaletappe tid logga |

## Total time:

### Menn: max. 5 Min. (ikkje fullføre etappen innanfor tidsgrensa + 4 Min. straff = 9 Min.) Kvinner: max. 6 Min. (ikkje fullføre etappen innanfor tidsgrensa + 4 Min. straff = 10 Min.)

#### Noteres I utøverens tidskort :

Banetid+ straff = total tid

Eksempel: 02:10 min + 3 sek. straff = 02:13 min

Eksempel: 05:00 min + 3 sek straff = 09:03 min, fordi maksimumstida på 5 min er overskredet ( menn maks tid )

**Etappe 3**

**Etappen fullføres med med pressluftapparat som I etappe 1. ( ingen maske )**

**Start presis 20 minutt etter start!**

**Oppsett etappe 3:**

Denne etappen er med eitt trappeløp på 3 etasjer.

To skumdunkar på 15 kg ( eller tilsvarende vekt) blir plassert på markert område ved inngang til trappene.

Ein slangepakke (bestående av to stk 2,5" slanger) er plassert på utsiden av trappetårnet slik at dei kan dras opp med tau.

I tillegg er det eitt markert område kor ein kan sette opp ein stige ( lengde mellom 4-5 meter ).

Til sist skal det stå vannkankon som ein skrur fast ei dyse på.

# Prosedyre for etappe 3:

1. Stigen må plasseres inennfor markeringene og stilt inntil anvist vegg/ støttestag.
2. Dei to dunkene skal bæres med opp til toppen av tårnet og plasseres innenfor markert område.
3. Slangepakke skal heises opp .
4. Dei to dunkene skal så bæres med ned tårnet og plasseres innenfor markert område.
5. Dyse skal monteres på vannkanon.

|  |  |
| --- | --- |
| Feil | Straff  |
| Starte etappe 3 meir enn 20 minutt etter start etappe 1 | Tidsforsinkelsen vil bli lagt til 1:1 til totaltida |
| Tjuvstart  | 5 sekund |
| Stige ikkje plassert innenfor markering | 3 sekund |
| Dunker ikkje plassert innenfor markeringer | 3 sekund |
| Slange ikkje heist opp | Automatisk 5 (9) minutt total bane tid logga |
| Bruke rekkverk som fotstøtte /Fot gjennom rekkverk | 10 sekund |
| Ikkje festa dyse korrekt  | 3 sekund |
| Pressluftapparat mista i bakken / ikkje håndtert forsiktig | 10 sekund straff |
| Løypa ikkje fullført i sin heilhet | Automatisk 8 (9) minutt total bane tid logga |

## Total time:

### Menn: max. 5 Min. (ikkje fullføre etappen innanfor tidsgrensa + 4 Min. straff = 9 Min.) Kvinner: max. 6 Min. (ikkje fullføre etappen innanfor tidsgrensa + 4 Min. straff = 10 Min.)

#### Noteres I utøverens tidskort :

Banetid+ straff = total tid

Eksempel: 02:10 min + 3 sek. straff = 02:13 min

Eksempel: 05:00 min + 3 sek straff = 09:03 min, fordi maksimumstida på 5 min er overskredet ( menn maks tid )

**Etappe 4**

**Etappen fullføres med med pressluftapparat som I etappe 1. ( ingen maske )**

**Start presis 30 minutt etter start!**

**Prosedyre etappe 4:**

I trappeløpet skal utøveren løpe opp 15 etasjer ( normal etasjehøgd) I trappeløpet.

Dersom ein bygning med 15 etg. ikkje er tilgjengelig er det godkjent med ein med mindre etasjer. For kvar manglande etg. må 50 meter horisontalt løp legges til.

Ingen trener eller assistent har lov å følge utøveren gjennom trappeløpet.

**Feil etappe 4:**

|  |  |
| --- | --- |
| Feil  | Straff  |
| Starte etappe 3 meir enn 30 minutt etter start etappe 1 | Tidsforsinkelsen vil bli lagt til 1:1 til total tid |
| Tjuvstart  | 5 sekund |
| Bevisst obstruksjon av ein annan deltaker | **diskvalifisering** |
| Pressluftapparat mista i bakken / ikkje håndtert forsiktig | 10 sekund |
| Løype ikkje fullført i sin heilhet | Automatisk 8 (9) minutt totalBane tid logga |

## Total time:

### Menn: max. 5 Min. (ikkje fullføre etappen innanfor tidsgrensa + 4 Min. straff = 9 Min.) Kvinner: max. 6 Min. (ikkje fullføre etappen innanfor tidsgrensa + 4 Min. straff = 10 Min.)

#### Noteres I utøverens tidskort :

Banetid+ straff = total tid

Eksempel: 02:10 min + 3 sek. straff = 02:13 min

Eksempel: 05:00 min + 3 sek straff = 09:03 min, fordi maksimumstida på 5 min er overskredet ( menn maks tid )

**Grunner for diskvalifikasjon:**

* **Ikkje stille til start i tide**
* **Ureglementert antrekk**
* **Forlate konkurransen**
* **Unnlate ein heil etappe**
* **Usportslig opptreden**
* **Obstruksjon av annen utøver**
* **Bruk av ulovlige hjelpemiddel (for eksempel: bære/løfte slynger)**
* **Tap av utstyr under løpet**

*Unntak : uavhengig opphenting av mista utstyr av utøveren*

* **Øydelegging av konkurranseutstyr**
* **Sjå bort frå dommers instrukser**