

# ŠĶĒRŠĻU SKRĒJIENS BACKYARD RACE 2025

## DROŠĪBAS NOTEIKUMI

1. Aizliegts veikt pārgalvīgus lēcienus, neizvērtējot savas šķēršļu pārvarēšanas spējas.
2. Vienmēr jāpārlicinās, ka ir izveidots drošs saskarsmes punkts ar šķērslī vai tā elementu.
3. Aizliegts izmantot šķēršļu skriešanas ekipējumu savādāk nekā tas ir paredzēts.
4. Aizliegts izmantot to pašu šķēršļa elementu, ja to jau izmanto cits dalībnieks.
5. Citu dalībnieku apsteigšana uz vienas līnijas kāriena šķēršļiem\* ir aizliegta, uz šāda veida šķēršļiem jāievēro intervāls vismaz 2 metri no priekšā esošā dalībnieka.
6. Aizliegts piedalīties šķēršļu skriešanas sacensībās un izmantot šķēršļus esot alkohola vai citu apreibinošu vielu ietekmē.
7. Aizliegts uzvesties agresīvi un steidzināt priekšā esošo dalībnieku, kurš veic kāriena šķērslī.
8. Aizliegts mest jebkura veida šķēršļa elementu, pēc izmantošanas tas ir jānoliek tam norādītajā vietā.
9. Ja kāriena šķēršļa uzsākšana ir paredzēta no platformas vai paaugstinājuma ir jāpārlicinās, ka tā ir stabila.
10. Pēc finiša dalībniekiem/līdzjutējiem ir aizliegts atrasties trasē un traucēt dalībniekiem, kuri atrodas distancē. Tāpat katra dalībnieka pienākums ir informēt līdzī paņemtos līdzjutējus par drošības noteikumu ievērošanu.
11. Drošības noteikumi ir attiecināmi ne tikai uz sacensību norises laiku, bet arī jebkuru citu brīdi, kad tiek izmantoti šķēršļi (piemēram, izmēģinot šķēršļus pēc sava finiša).
12. Šķēršļu izmantošana pēc sava finiša ir atļauta, taču ir aizliegts traucēt vēl startējošus dalībniekus.
13. Lietus gadījumā šķēršļi var būt īpaši slidēni, tāpēc jāievēro papildus piesardzība. Lietus gadījumā tiek aizliegti jebkāda veida lēcieni (arī trenētiem atlētiem).
14. Ja tiek gūta trauma, dalībnieka pienākums ir nekavējoties ziņot par to sacensību galvenajam tiesnesim.

\*Šķēršļi, kurus veicot tiek atrautas no zemes kājas un ķermenis atrodas kārienā.