



WSPINACZKA SPORTOWA – Regulamin techniczny

I. PROGRAM ZAWODÓW

1. Mistrzostwa przeprowadzane są oddzielnie dla kobiet i mężczyzn.
2. Zawody rozgrywane są w ciągu trzech dni i składają się z następujących konkurencji:
 - a) zawodów w boulderingu,
 - b) zawodów na trudność,
 - c) zawodów na czas.
3. **Przepisy zawodów na trudność**
 - 3.1 Zawody powinny być rozgrywane na projektowanych w tym celu sztucznych ścianach wspinaczkowych o minimalnej wysokości 9 metrów i minimalnej szerokości 3 metrów dla każdej drogi. Za zgodą sędziego głównego, w części ściany szerokość drogi może być mniejsza niż 3 metry.
 - 3.2 Zawody powinny się składać z rundy eliminacyjnej i rundy finałowej.
Bezpieczeństwo i asekuracja – zgodnie z przepisami PZA.
Incydenty techniczne – zgodnie z przepisami PZA.
 - 3.3. Eliminacje
 - 3.3.1 Wszystkie drogi eliminacyjne w konkurencji „na trudność” powinny być pokonywane z górną asekuracją.
 - 3.3.2 Eliminacje „na trudność” powinny być rozgrywane na drogach pokonywanych flash – po zademonstrowaniu wspinaczki na każdej z dróg eliminacyjnych.
 - 3.3.3 Podczas oglądania drogi, zawodnicy mogą dotykać pierwszych chwytów na drodze bez odrywania obu nóg od ziemi.
 - 3.3.4 Drogę uznaje się za ukończoną, jeżeli zawodnik dołoży drugą rękę do chwytu końcowego (TOP).
 - 3.3.5 Na eliminacje w konkurencji „na trudność” składają się:
 - a) dwie drogi o zróżnicowanych trudnościach,
 - b) każdy zawodnik wspina się na obu drogach,
 - c) przybliżone trudności dróg:
 - droga łatwa kobiet: VI/ VI.1
 - droga trudna kobiet: VI.2/ VI.3
 - droga łatwa mężczyzn: VI.1/ VI.2
 - droga trudna mężczyzn: VI.4/ VI.5
 - d) droga powinna być skomponowana w ten sposób, że trudności wzrastają w miarę pokonywania drogi,
 - e) przerwa przed startem do drugiej drogi wynosi min. 15 minut.
 - 3.3.6 Przebieg konkurencji
 - a) Kolejność startów zawodników powinna być ustalona losowaniem indywidualnym.
 - b) Każdej drodze powinien zostać przypisany limit czasu na jej przejście przez zawodnika.
 - c) Zawodnik rozpoczyna start na drodze w momencie oderwania obu nóg od powierzchni ziemi.
 - d) W każdym momencie startu na drodze zawodnik ma prawo zapytać sędziego, ile pozostało czasu. Sędzia powinien także poinformować zawodnika o rozpoczęciu ostatniej minuty pozostałej do upływu czasu przeznaczanego na start. Po upływie czasu przeznaczanego na start, sędzia powinien polecić zawodnikowi przerwanie startu.
 - e) W konkurencji „na trudność” prowadzony jest pomiar czasu przejścia drogi. Czas pokonania drogi mierzony jest od momentu oderwania obu nóg od powierzchni ziemi do zakończenia drogi, czyli dołożenia drugiej ręki do chwytu końcowego (TOP) lub przy zdarzeniach wymienionych w punkcie 3.3.9 i zapisywany z dokładnością do 0,1 sekundy (zaokrąglając w dół).
 - f) Pomiar czasu przejścia drogi wykonywany jest w celu ustalenia kolejności zawodników w przypadku uzyskania tej samej ilości punktów przez dwóch lub większej ilości zawodników, czyli po zsumowaniu punktów z obu dróg eliminacyjnych.
 - 3.3.7 Punktacja:
 - a) Zawodnikowi, który ukończy drogę przyznaje się wynik o 2 punkty wyższy niż wartość punktów przypisanych chwytowi końcowemu,
 - b) Pozostałe przepisy - zgodnie z przepisami PZA, pkt. 4.8.
 - 3.3.8 Wyniki eliminacji:
 - a) wynik eliminacji jest sumą punktów uzyskanych na obu drogach,
 - b) w przypadku uzyskania tej samej ilości punktów w rundzie eliminacyjnej przez dwóch lub większą ilość zawodników, czyli po zsumowaniu punktów z obu dróg eliminacyjnych dla ustalenia kolejności bierze się pod uwagę sumę czasów uzyskanych na pierwszej i drugiej drodze.
 - 3.3.9 Drogę wspinaczkową uznaje się za nieukończoną, jeżeli zawodnik:
 - a) odpadł od ściany,
 - b) przekroczył limit czasu przeznaczony na start,
 - c) użył do wspinania nie przeznaczonej do użycia, leżącej poza ogranicznikami części ściany albo chwytów lub rzeźby,
 - d) użył do wspinania, rękoma, otworów w ścianie, przeznaczonych do mocowania chwytów,
 - e) użył do wspinania górnej lub bocznej krawędzi ściany,

- f) użył do wspinania punktów asekuracyjnych lub ekspresów,
- g) po starcie dotknął ziemi jakąkolwiek częścią ciała,
- h) skorzystał z jakiegokolwiek dodatkowej pomocy (sztucznych ułatwień).

3.4 Finały

- 3.4.1 Droga finałowa w konkurencji „na trudność” powinna być pokonywana z asekuracją dolną.
- 3.4.2 Finały powinny być rozgrywane na drogach pokonywanych OS.
- 3.4.3 Czas na oglądanie drogi wyznacza sędzia główny.
- 3.4.4 Podczas oglądania drogi, zawodnicy mogą dotykać pierwszych chwytów na drodze bez odrywania obu nóg od ziemi.
- 3.4.5 Drogę uznaje się za ukończoną, jeżeli zawodnik wpiął linę w karabinek ostatniego punktu asekuracyjnego.
- 3.4.6 Droga powinna być skomponowana w ten sposób, że trudności wzrastają w miarę pokonywania drogi.
- 3.4.7 Przebieg konkurencji:
 - a) Do rundy finałowej kwalifikuje się 12 zawodników i 12 zawodniczek.
 - b) Zawodnik rozpoczyna start na drodze w momencie oderwania obu nóg od powierzchni ziemi. W tym samym momencie rozpoczyna się pomiar czasu przeznaczanego na przejście drogi.
 - c) W każdym momencie startu na drodze zawodnik ma prawo zapytać sędziego, ile pozostało czasu, a sędzia powinien bezzwłocznie udzielić odpowiedzi. Sędzia powinien także poinformować zawodnika o rozpoczęciu ostatniej minuty pozostałej do upływu czasu przeznaczanego na start. Po upływie czasu przeznaczanego na start, sędzia powinien polecić zawodnikowi przerwanie startu.
 - d) W czasie startu na drodze zawodnik powinien kolejno wpinać linę do punktów asekuracyjnych. Wpinka do punktu asekuracyjnego powinna być wykonana biorąc pod uwagę linę przebiegu drogi, zanim całe ciało wspinacza znajdzie się poza niższym z karabinków punktu asekuracyjnego albo zanim zawodnik znajdzie się w miejscu, z którego w celu wykonania wpinki musiałby się cofnąć. Jako cofnięcie się jest traktowany ruch, w którym zawodnik, zmieniając pierwotną pozycję opuszcza trzymane wcześniej chwytów wykorzystując obie ręce. Każde naruszenie tej zasady powinno skutkować zakończeniem startu.
 - e) O częstotliwości czyszczenia chwytów decyduje sędzia główny zawodów. Częstotliwość czyszczenia chwytów powinna być oznajmiana zawodnikom w czasie odprawy technicznej i podana na listach startowych wywieszonych w strefie izolacji.
- 3.4.8 Punktacja: zgodnie z przepisami PZA, pkt. 4.8
- 3.4.9 Wyniki finałów:
 - a) Ustalenie miejsc zawodników w rundzie finałowej odbywa się na podstawie:
 - zdobytych w finale punktów,
 - czasu przejścia drogi finałowej.
 - b) Jeżeli, mimo wzięcia pod uwagę pkt. 3.4.9 a, dwóch lub więcej zawodników zajmuje miejsca ex aequo o ostatecznej kolejności decydują miejsca zajęte w rundzie eliminacyjnej.
- 3.4.10 Drogę wspinaczkową uznaje się za nieukończoną, jeżeli zawodnik:
 - a) odpadł od ściany,
 - b) przekroczył limit czasu przeznaczony na start,
 - c) użył do wspinania nie przeznaczonej do użycia, leżącej poza ogranicznikami części ściany albo chwytów lub rzeźby,
 - d) użył do wspinania, rękoma, otworów w ścianie, przeznaczonych do mocowania chwytów,
 - e) użył do wspinania górnej lub bocznej krawędzi ściany,
 - f) użył do wspinania punktów asekuracyjnych lub ekspresów,
 - g) po starcie dotknął ziemi jakąkolwiek częścią ciała,
 - h) skorzystał z jakiegokolwiek dodatkowej pomocy (sztucznych ułatwień).

4. Przepisy zawodów w boulderingu

- 4.1. Zawody w boulderingu rozgrywane są na krótkich drogach wspinaczkowych, nazywanych problemami.
- 4.2. Uczestnicy wspinają się bez asekuracji z użyciem liny, a zabezpieczeniem są materace.
- 4.3. Każdy problem musi posiadać określoną pozycję startową, która powinna się składać z oznakowanych miejsc dla obu rąk i obu stóp.
- 4.4. Każdy problem musi posiadać jasno oznaczony chwyt bonusowy. Punkt bonusowy jest przyznawany, gdy zawodnik kontroluje chwyt bonusowy, tj. użył go do osiągnięcia stabilnej lub kontrolowanej pozycji. Punkt bonusowy jest przyznawany zawodnikowi również, gdy ukończy problem, nie dotykając (kontrolując) chwytu bonusowego.
- 4.5. Za ukończenie danego problemu, uważa się utrzymanie (kontrolowanie) obiema rękami chwytu końcowego („top”). Próba jest zaliczona, jeżeli sędzia problemu uzna, że top został osiągnięty zgodnie z powyższymi zasadami i potwierdzi to, mówiąc „OK”.
- 4.6. Próba na problemie jest uznana za nieudaną i zakończoną wtedy, gdy zawodnik nie utrzymał obiema rękami chwytu końcowego (topu) lub:
 - a) nie zajął pozycji startowej zgodnej z przepisami,
 - b) użył podczas wspinania części ściany, chwytów lub struktur innych niż dopuszczone - ograniczonych ciągłą linią (taśmą w czarnym, lub innym odznaczającym się i dopuszczonym przez sędziego głównego kolorze)
 - c) użył do wspinania (rękoma) jakichkolwiek otworów, przeznaczonych do mocowania chwytów przy pomocy śrub - w ścianie oraz w strukturach montowanych na ścianie (nie dotyczy otworów na chwytach oraz otworów na wkręty w strukturach),
 - d) użył do wspinania powierzchni informacyjnej lub reklamowej umocowanej na ścianie,

WSPINACZKA SPORTOWA – AMP 2025/2026 – Regulamin techniczny

- e) po starcie dotknął ziemi dowolną częścią ciała,
 - d) skorzystał z jakiegokolwiek dodatkowej pomocy innych osób lub jakichkolwiek sztucznych ułatwień.
- 4.7. Zawodnicy mogą czyścić chwytty, do których sięgają z ziemi za pomocą szczoteczek lub innych akcesoriów. Do czyszczenia chwytów zawodnicy mogą używać wyłącznie szczoteczek lub akcesoriów dostarczonych w tym celu przez organizatorów.
- 4.8. Zawody powinny składać się z rundy eliminacyjnej i rundy finałowej.
- 4.9. Eliminacje
- 4.9.1. W rundzie eliminacyjnej rywalizacja odbywa się w tzw. formule grupowej, bez demonstracji przejść poszczególnych problemów. Podział zawodników do poszczególnych grup poprzedzony jest losowaniem indywidualnym.
 - 4.9.2. Zawodnicy z wszystkich grup w danej kategorii rywalizują na tym samym zestawie problemów, przez taką samą ilość czasu. Liczba problemów w opisywanej formule powinna zawierać się w przedziale 8- 15. Problemy powinny być zróżnicowanej trudności, zaś numeracja problemów powinna odzwierciedlać ich trudność w skali rosnącej.
 - 4.9.3. W rundzie eliminacyjnej na obserwację problemów nie jest przeznaczany osobny czas. Czas na zapoznanie się z problemami jest wliczony do czasu przeznaczonego na pokonanie każdego z problemów.
 - 4.9.4. O wyniku w eliminacjach decydują w kolejności:
 - a) liczba ukończonych problemów,
 - b) liczba punktów bonusowych,
 - c) liczba podjętych prób skutkujących ukończeniem ww. problemów,
 - d) liczba podjętych prób skutkujących przyznaniem ww. punktów bonusowych.
 - 4.9.5. W razie zaistnienia incydentu technicznego (tj. ułamanego lub obracającego się chwytu) na jednym z problemów, problem ten zostaje zamknięty na czas usunięcia przyczyny incydentu. Jeżeli przyczyna incydentu technicznego nie może zostać usunięta w ciągu 10 minut, wyniki osiągnięte na tym problemie zostają anulowane.
- 4.10. Finały
- 4.10.1. Do rundy finałowej kwalifikuje się po 6 zawodników w każdej z kategorii z najlepszymi wynikami z eliminacji.
 - 4.10.2. Jeżeli obowiązująca liczba zawodników kwalifikujących się do finału w danej kategorii zostanie przekroczone w wyniku osiągnięcia przez zawodników w eliminacjach miejsc ex aequo, liczba finalistów może się zmienić:
 - a) w przypadku, gdy liczba zawodników zakwalifikowanych do finału nie przekracza 8, do finału kwalifikuje się odpowiednio większa liczba uczestników.
 - b) jeśli liczba zawodników zakwalifikowanych do finału jest większa niż 8, należy zmniejszyć ją do ostatniej niewspółdzielonej pozycji, pod warunkiem że po zastosowaniu powyższej zmiany liczba finalistów nie będzie mniejsza niż 4 zawodników. W takim wypadku w finale startują wszystkie zakwalifikowane osoby, jednak czas na pokonanie problemów przez zawodników w każdej z kategorii zostaje skrócony do 3 minut.
 - 4.10.3. W rundzie finałowej zawodnicy mają do pokonania po 3 problemy w kategorii kobiet i mężczyzn.
 - 4.10.4. Przed rundą finałową przewidziany jest wspólny dla wszystkich zawodników okres obserwacji po 2 minuty na każdy problem. Zawodnicy mogą dotykać jedynie pierwszych chwytów na problemie bez odrywania obu nóg od ziemi. Zabronione jest dotykание innych chwytów (w tym sprawdzanie kształtu np. za pośrednictwem szczotki). Dotknięcie rękami lub stopami, magnezjowanie innych chwytów niż startowe albo oznaczanie chwytów powinno być traktowane jak jedna próba na problemie.
 - 4.10.5. Kolejność startu w finale jest odwrotna do miejsc zajętych po eliminacjach.
 - 4.10.6. Finały powinny być prowadzone równolegle w kategoriach mężczyzn i kobiet. Obie kategorie wspólnie przechodzą do następnego problemu, tzn., jeżeli jedna z kategorii skończy dany problem wcześniej, czeka do zakończenia wspinaczki przez drugą kategorię i razem rozpoczynają start na następnych problemach.
 - 4.10.7. Każdy z zawodników ma 4 minuty na pokonanie danego problemu. Po upływie czasu zawodnik kończy próbę. Wyjątkiem jest sytuacja opisana w pkt. 4.10.2. b).
 - 4.10.8. Po ukończeniu startu na danym problemie zawodnik powinien wrócić do wydzielonej strefy izolacji, a próby na problemie powinien natychmiast rozpocząć następny w kolejności zawodnik.
 - 4.10.9. O wyniku w rundzie finałowej decydują w kolejności:
 - a) liczba ukończonych problemów,
 - b) liczba punktów bonusowych,
 - c) liczba podjętych prób skutkujących ukończeniem ww. problemów,
 - d) liczba podjętych prób skutkujących przyznaniem ww. punktów bonusowych.
 - 4.10.10. W przypadku miejsc ex aequo do klasyfikacji powinny być brane pod uwagę wyniki osiągnięte w rundzie eliminacyjnej.
 - 4.10.11. Jeżeli po zakończeniu finału i mimo uwzględnienia wyników z rund poprzedzających, zawodnicy zajmują ex aequo pierwsze miejsce, należy na jednym problemie przeprowadzić superfinał, zgodnie z przepisami PZA, pkt. 5.7.3.

5. Przepisy zawodów na czas

- 5.1. Zawody w konkurencji „na czas” powinny się składać z rundy eliminacyjnej i rundy finałowej.
- 5.2. Zawody „na czas” powinny być przeprowadzane na dwóch drogach o takiej samej długości, zbliżonym przebiegu i trudnościach.
- 5.3. Zalecana wysokość drogi wynosi min. 9–15, z całkowitym przewieszeniem nie przekraczającym 2 metrów. Jeśli droga prowadzi przez okap, jego maksymalny wysięg nie powinien przekraczać 0,5 metra.
- 5.4. Do pomiaru czasu na drogach powinno się stosować urządzenie mechaniczno-elektroniczne, pomiar powinien być dokonywany z dokładnością do 0,01 sekundy.

WSPINACZKA SPORTOWA – AMP 2025/2026 – Regulamin techniczny

- 5.5. Droga powinna zostać uznana za ukończoną, jeżeli zawodnik wspiął się zgodnie z obowiązującymi przepisami i uderzył ręką przycisk zatrzymując pomiar czasu.
- 5.6. Start zawodnika nie powinien zostać uznany za ukończony, jeżeli zawodnik:
- odpadł od ściany,
 - dotknął części ściany znajdującej się poza ogranicznikami drogi
 - użył górnej lub bocznej krawędzi ściany,
 - po starcie dotknął ziemi jakkolwiek częścią ciała,
 - skorzystał z jakiegokolwiek dodatkowej pomocy (sztucznych ułatwień).
- 5.7. Wyniki
- Klasyfikacja zawodników i czasy uzyskane przez każdego z nich w poszczególnych rundach zawodów powinny być podane do wiadomości publiczności i trenerów bezpośrednio po opracowaniu wyników.
 - Końcowe wyniki zawodów powinny zawierać czasy uzyskane przez zawodników na wszystkich drogach we wszystkich rundach zawodów.
- 5.8. Przebieg konkurencji
- Kolejność startów zawodników w rundzie eliminacyjnej powinna być ustalona losowaniem indywidualnym.
 - Drogi w obu rundach powinny być te same.
 - Każdy zawodnik powinien rozpocząć wspinaczkę od drogi 1, a po jej ukończeniu przejść na drogę 2.
 - Klasyfikację zawodnika ustala się wg łącznego czasu, będącego sumą czasów osiągniętych przez niego na obu drogach.
 - Zawodnik, który nie ukończy jednej z dróg eliminacyjnych powinien zostać wyeliminowany z kolejnej rundy zawodów i sklasyfikowany na ostatnim miejscu.
 - Do rundy finałowej kwalifikuje się 16 zawodników i 16 zawodniczek.
 - Finały rozgrywane są w systemie pucharowym zgodnie z przepisami PZA.
 - Zawodnik może popełnić jeden falstart bez dalszych konsekwencji w trakcie trwania zawodów. Przy drugim falstarte w trakcie trwania danych zawodów, zawodnikowi nie zapisuje się czasu i nie bierze on udziału w dalszej rywalizacji.
- 5.9. Nieukończenie drogi w rundzie finałowej
- Zawodnik, który nie ukończy w biegu rundy finałowej jednej z dróg zostaje wyeliminowany, a drugi ze startujących w biegu zawodników zostaje ogłoszony zwycięzcą. Jeżeli obaj zawodnicy nie ukończą drogi, bieg powinien być natychmiast powtarzany, aż do czasu wyłonienia zwycięzcy.
 - Bieg o pierwsze i trzecie miejsce musi zostać przeprowadzony i musi wyłonić zwycięzcę.
- 5.10. Prezentacja drogi i obserwacja
- Przejście każdej z dróg powinno zostać zademonstrowane dwukrotnie, za pierwszym razem powoli, a za drugim razem szybko.
 - Zawodnicy mogą w czasie okresu obserwacji drogi dotykać chwytów na drodze nie odrywając obu nóg od powierzchni ziemi.

II. UCZESTNICTWO

Każda uczelnia ma prawo zgłosić dowolną liczbę zawodników/czek oraz dwie osoby towarzyszące (kierownik i trener).

III. PUNKTACJA

- W Mistrzostwach prowadzone są następujące klasyfikacje:
 - ✓ indywidualna w poszczególnych konkurencjach oddzielnie dla kobiet i mężczyzn.
 - ✓ drużynowa uczelni oddzielnie dla kobiet i mężczyzn.
- Za I miejsce zawodnik/czka otrzymuje n+1 pkt., za II miejsce n-1 pkt., za III miejsce n-2 pkt., itd., gdzie n oznacza liczbę zawodników startujących w najliczniejszej konkurencji.
- Do punktacji drużynowej oddzielnie dla kobiet i mężczyzn, zaliczane są punkty zdobyte przez 2 najlepsze zawodniczki i 3 najlepszych zawodników danej uczelni w każdej konkurencji objętej programem Mistrzostw.
- Zespoły są klasyfikowane w punktacji drużynowej, jeżeli 2 zawodniczki i/lub 3 zawodników z danej uczelni wystartuje w Mistrzostwach i ukończy minimum dwie konkurencje.

IV. UWAGI KOŃCOWE

- Medale za miejsca 1-3 w poszczególnych typach uczelni wręczane są pod warunkiem startu w konkurencji co najmniej sześciu zawodników/zawodniczek tego typu (po spełnieniu warunku opisanego w punkcie VII 7.3. regulaminu ogólnego AMP).
- Zawody rozgrywane są w oparciu o przepisy Polskiego Związku Alpinizmu z uwzględnieniem zapisów niniejszego regulaminu technicznego.