



Polski Związek Surfingu

Załącznik Nr.1 do Regulaminu

Pucharu Polski Polish SUP Tour

Opublikowano: 11 grudnia 2025

Ostatnia poprawka: brak

Lista zmian: patrz P.5

PREAMBUŁA

Niniejsze przepisy mają charakter zaleceń i zostały opracowane w celu ujednolicenia zasad rozgrywania Polish SUP Tour Polskiego Związku Surfingu, zwanego dalej „koordynatorem”. Stanowią one wskazówkę dla organizatorów, a nie obowiązek bezwzględnego stosowania. Każdy organizator określa we własnym regulaminie, w jakim zakresie będzie stosował przedstawione przepisy.

1. START I META, PROCEDURA STARTU

- 1.1. *Start z plaży.* W przypadku startu z plaży, zawodnik musi trzymać wiosło i deskę w rękach, a przednią stopę umieścić za linią startu.
- 1.2. *Start z wody.* W przypadku startu z wody, żadna część deski nie może przekroczyć linii startu przed sygnałem startu. Linia startu jest zdefiniowana jako linia pomiędzy zewnętrznymi krawędziami boi zwróconymi na zewnątrz trasy. Pozycja startowa zawodnika (siedząca lub stojąca) zostanie ogłoszona podczas odprawy bezpieczeństwa wyścigu.
- 1.3. *Meta na plaży.* Zawodnik kończy wyścig, przekraczając linię mety w normalnej pozycji — chodzącej lub biegnącej — trzymając wiosło w ręku. Nurkowanie jest niedozwolone. Deskę można pozostawić przed linią brzegową.
Jeśli używany jest chip do pomiaru czasu (minimalna dokładność 0,01 s), uznaje się, że zawodnik ukończył wyścig w momencie, gdy jej/jego chip przekroczy linię mety. W pozostałych przypadkach (w tym przy korzystaniu z trackerów GPS/GSM lub mniej dokładnych chipów) kolejność na mecie ustala się na podstawie momentu, w którym klatka piersiowa zawodnika przekracza linię mety.
- 1.4. *Meta na wodzie.* W przypadku finiszu na wodzie, uznaje się, że zawodnik ukończył wyścig, gdy dziób deski przekroczy linię mety, a zawodnik znajduje się w stabilnej pozycji stojącej.
Pozycja stabilna oznacza taką, w której zawodnik jest w stanie utrzymać równowagę

przez co najmniej pięć (5) sekund. Linia mety to linia pomiędzy wewnętrznymi krawędziami boi skierowanymi w stronę trasy.

1.5. *Procedura startu* przeprowadzana poprzez użycie sygnału dźwiękowego:

Sygnal	Oznaczający	Dźwięk
Przygotowania	Zbiórka / 20 sekund do ostrzeżenia	trzy krótkie . . .
Ostrzeżenia	Sprawdzono kolejność linii startu	dwa krótkie . .
Startu	Linia startowa otwarta (w dowolnym momencie w ciągu 5 sekund po sygnale ostrzegawczym)	jeden długi —
Falstartu	Powrót do linii startu	pięć krótkich

Koordynator zaleca użycie gwizdka zamiast głosowych komend np: „Ready, Set, Go”.

2. **LIMITY CZASOWE STARTU I METY**

2.1. Godziny zamknięcia linii startu i mety:

Konkurencja	Czas zamknięcia linii startu	Czas zamknięcia linii mety
Sprint	30 sekund	5 minut po sygnale startowym
Technical	1 minuta	20 minut po sygnale startowym
Distance	1 minuta	120 minut po sygnale startowym

- 2.2. Zawodnicy, którzy ukończyli wyścig, muszą bezzwłocznie opuścić strefę mety.
- 2.3. Zawodnicy, którzy przerwali wyścig, przekroczyli limit zamknięcia linii mety lub zostali zdyskwalifikowani, nie mogą przekroczyć linii mety.
- 2.4. Zawodnik, który wystartował, może zmienić sprzęt, ale musi ponownie przekroczyć linię startu, aby kontynuować wyścig.

3. **PRZEPISY REGATOWE**

- 3.1. PRZEPISY PODSTAWOWE zostały oparte na Przepisach Regatowych SUP Planet Baltic:
 - a. zawodnicy muszą rywalizować zgodnie z uznanymi zasadami fair play i ducha sportu,
 - b. odpowiedzialność za decyzję zawodnika o wzięciu udziału w wyścigu lub kontynuowaniu rywalizacji spoczywa wyłącznie na nim.
 - c. uczestnicząc w zawodach lub deklarując chęć udziału w wydarzeniu każdy zawodnik wyraża zgodę na ich przestrzeganie. Osoba wspierająca poprzez udzielanie wsparcia, a rodzic lub opiekun poprzez pozwolenie dziecku na udział w wydarzeniu, zgadza się na przestrzeganie tych przepisów.
 - d. każdy zawodnik indywidualnie odpowiada za noszenie osobistego środka wypornościowego odpowiedniego do warunków.
 - e. zawodnicy muszą przestrzegać Światowego Kodeksu Antydopingowego.
- 3.2. ŚRODKI NAPĘDU

Deska musi być napędzana wyłącznie siłą mięśni, wiatru lub naturalnie powstałych fal.

Zawodnik nie może korzystać z pomocy zewnętrznej ani odzieży lub sprzętu wykorzystującego wiatr.

3.3. UNIKANIE KONTAKTU

Deska musi w miarę możliwości unikać kontaktu z inną deską. Jednakże deska mająca pierwszeństwo lub deska w strefie wokół znaku nie ma obowiązku podejmowania działań w celu uniknięcia kontaktu.

3.4. POZYCJA WIOSŁUJĄCEGO

Zawodnik musi wiosłować w pozycji stojącej przez cały czas trwania wyścigu, z wyjątkiem sytuacji, gdy przypadkowo wpadnie do wody – wówczas może wykonać maksymalnie pięć uderzeń wiosłem w pozycji niestojącej. Bieganie w płytkiej wodzie z deską w ręku jest zabronione, jeśli głębokość wody pozwala na bezpieczne wiosłowanie.

3.5. PIERWSZEŃSTWO

Deska wyprzedzająca musi unikać przeszkadzania desce wyprzedzanej. Deska wyprzedzana musi utrzymać właściwy kurs, definiowany jako kurs pozwalający dotrzeć do mety jak najszybciej.

3.6. UDOSTĘPNIANIE MIEJSCA NA ZNAKU

Miejsce na znaku to przestrzeń dla deski okrążającej lub mijającej znak.

Strefa ochronna to obszar wokół znaku w odległości jednej długości kadłuba najbliższej deski. Deska znajduje się w strefie, gdy jakkolwiek część jej kadłuba jest w jej obrębie. Do krycia dochodzi, gdy końcówka deski wyprzedzającej osiągnie wysokość bioder zawodnika deski wyprzedzanej lub bliżej w momencie, gdy deska wyprzedzana wchodzi do strefy.

Uderzenie przy znaku – trafienie deską lub ciałem zawodnika okrążającego znak, powodujące stratę czasu dla poszkodowanego – jest poważnym naruszeniem zasad fair play.

Gdy pierwsza z dwóch desek osiąga strefę:

a. jeśli deski są w kryciu, deska zewnętrzna musi udostępnić miejsce wewnętrznej.

b. jeśli deski nie są w kryciu, deska wewnętrzna musi udostępnić miejsce zewnętrznej.

Dziób deski wewnętrznej, która ma udostępnić miejsce, musi pozostać za nogami zawodnika okrążającego lub mijającego znak na właściwym kursie.

Deska zobowiązana do udostępnienia miejsca zgodnie z tym przepisem musi to robić tak długo, jak obowiązuje przepis, nawet jeśli krycie zostanie później zerwane.

Jeżeli istnieją uzasadnione wątpliwości, czy deska zdążyła na czas wejść w krycie z inną, przyjmuje się, że tego nie zrobiła.

Gdy trzy lub więcej desek spotyka się w strefie, stosuje się przepisy 3.1, 3.3 oraz 3.5.

3.7. ZNAKI

Zawodnik, jego wiosło lub deska może dotykać znak, ale nie może wykorzystywać znaku do napędu.

3.8. DRAFTING

Drafting polega na ustawieniu swojej deski bezpośrednio za deską innego zawodnika lub w jej strefach bocznych w odległości mniejszej niż 1 m przez czas dłuższy niż 10 sekund w celu zmniejszenia oporu wody i oszczędzania energii. Zasady draftingu będą określone przez każdego organizatora odrębnie.

3.9. DZIAŁANIE NAPRAWCZE (PARDON)

Zawodnik, który naruszył przepisy, z wyjątkiem przepisu 3.1, może uniknąć lub zminimalizować oczekiwaną karę poprzez fair play wobec innych zawodników dotkniętych jego naruszeniem. Zawodnik podejmuje działanie naprawcze niezwłocznie po oddaleniu się od innych desek, jak najszybciej po zdarzeniu.

Zalecany działaniem naprawczym w każdym wyścigu jest przepuszczenie zawodnika, który został wyprzedzony wskutek naruszenia przepisów regatowych. Jednak jeśli jest to niemożliwe to w wyścigach technicznych zaleca się Karę Jednego Obrotu – wykonanie pełnego obrotu 360° z deską, a w wyścigach długodystansowych Karę Dwóch Obrotów – wykonanie obrotu 720° z deską.

Jeżeli jednak deska spowodowała obrażenia, poważne uszkodzenia lub uzyskała znaczną przewagę w wyścigu w wyniku naruszenia przepisów, kara dla zawodnika to wycofanie się z wyścigu.

4 SYSTEM KAR

- 4.1. Karą za złamanie zasad będzie dyskwalifikacja z regat, dyskwalifikacja z wyścigu lub kara czasowa w wyścigu.
- 4.2. Zawodnik może zostać ZDYSKWALIFIKOWANY Z REGAT za złamanie ogólnie uznanych zasad współzawodnictwa sportowego i fair play,
- 4.3. Zawodnik może zostać ZDYSKWALIFIKOWANY W WYŚCIGU za:
 - a. karygodne lub poważne naruszenie P.3.3 – 3.8.
 - b. drugi falstart w tym samym wyścigu,
 - c. opłynięcie trasą w złej kolejności, ominięcie znaków lub minięcie znaku po złej stronie, zyskując w ten sposób znaczną przewagę,
 - d. nieużywanie obowiązkowego sprzętu bezpieczeństwa,
 - e. ściganie się na nieprzepisowym sprzęcie,
- 4.4. Zawodnik może otrzymać KARĘ CZASOWĄ dodaną do jego/jej wyniku za:
 - a. pomniejsze naruszenie P.3.3 – 3.8.
 - b. niepowrót do miejsca upadku, gdy fala lub wiatr wyraźnie znosi deskę zawodnika w kierunku następnego punktu,
 - c. „nurkowanie” na linii mety,
 - d. przekroczenie linii mety bez wiosła,
 - e. przypadkowe minięcie punktu po niewłaściwej stronie, gdy uzyskana przewaga okaże się marginalna.
- 4.5. Za każde pojedyncze przekroczenie P.4.4 do czasu ukończenia wyścigu zostanie doliczona kara czasowa wyrażona w sekundach, zgodnie z poniższą tabelą:

Rodzaj naruszenia	Sprint	Technical	Distance
Nieprzepisowy drafting	---	20	30
Nieprzepisowy pozycja wiosłowania	10	20	30
Brak powrotu do miejsca upadku	10	20	30
Falstart na starcie z wody	10	20	30
Więcej niż 5 ruchów wiosłem w pozycji innej niż stojąca	10	20	30

Wykorzystanie znaków do napędu	10	20	30
Przypadkowe minięcie znaku po złej stronie	10	20	30
Nieprzepisowe wyprzedzanie, utrudnianie	10	20	30
Niepodążanie właściwą trasą	10	20	30
Nieudzielenie miejsca przy znaku / „taranowanie”	10	20	30
Spowodowanie drobnej kolizji	10	20	30
Bieganie z deską w wodzie „nadającej się do pływania”	10	10	10
„Nurkowanie” na mecie	10	10	10
Przekroczenie linii mety bez wiosła	10	10	10
Niesportowe zachowanie na niewielką skalę	10	20	30

- 4.6. Inne naruszenia zasad, niewymienione powyżej, mogą również skutkować karą czasową, według uznania sędziów. Taka kara czasowa będzie trzykrotnie wyższa niż przybliżony czas przewagi uzyskanej przy naruszeniu zasady.
- 4.7. Każdy zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za działania swojego trenera, personelu pomocniczego, członków rodziny lub innych osób towarzyszących mu podczas zawodów. Każde naruszenie zasad wyścigu, przepisów bezpieczeństwa lub instrukcji dotyczących zawodów przez takie osoby będzie uważane za naruszenie przepisów przez samego zawodnika.
- 4.8. Organizator zastrzega sobie prawo do nałożenia kar, dyskwalifikacji lub innych sankcji na zawodnika za jakiegokolwiek niewłaściwe zachowanie, złamanie zasad lub niebezpieczne zachowanie ze strony współpracującego z nim personelu.
- 4.9. Przepisy regatowe obrazkowo - [KLIKNIJ](#)

5 LISTA ZMIAN

Pierwsza edycja – brak zmian.

Kopiowanie, przetwarzanie oraz rozpowszechnianie niniejszego Regulaminu w całości lub w części bez zgody Polskiego Związku Surfinngu jest zabronione. Osoby chcące skorzystać z treści Regulaminu proszone są o kontakt pod adresem e-mail marek@polishsuptour.pl