



Кроссовый марафон  
**ПОДСОЛНУХ**

## ПОЛОЖЕНИЕ «II КРОССОВЫЙ ПОЛУМАРАФОН «ПОДСОЛНУХ»

### ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

1. Популяризация и развитие бега по пересеченной местности.
2. Укрепление связей между профессиональными спортсменами и любителями бега.
3. Пропаганда здорового образа жизни.

### РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство подготовкой и проведением II кроссового марафона «Подсолнух» осуществляет ООО «Лига Профессиональных Тренеров». Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию утвержденную организаторами.

### ДАТА И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

**16 июля 2016 года (суббота) с 7:00 до 15:00** в 35 км от г. Омска по Красноярскому тракту в **поселке Дачный** Омского муниципального района Омской области.

### ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

В программу соревнований включен бег на дистанциях 7 км, 21,1 и 42,2 км. На дистанцию марафона допускаются только мужчины.

Трасса проходит по кругам длиной 7 км. Покрытие грунтовое. На дистанциях 21,1 км и 42,2 км пункты питания расположены через каждые 3,5 км. Лимит времени для прохождения дистанции: 5 часов 30 мин.

### ВРЕМЯ СТАРТА

**7:00** старт на дистанцию 42 км.

**9:00** старт на дистанции 7 км, 21 км

### УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

К соревнованиям допускаются спортсмены с соответствующим программе соревнований уровнем подготовки, предоставившие медицинскую справку или собственноручно удостоверившие ответственность за состояние своего здоровья, а так же уплатившие стартовый взнос.

### ПОРЯДОК ПРИЕМА ЗАЯВОК И ЗАЯВОЧНЫХ ВЗНОСОВ

Заявки на участие в любом виде спортивной программы принимаются в соответствии со следующим графиком:

№ этапа	Сроки	Место (способ) подачи заявок	Оплата заявочного взноса
1 этап	с 14 июня по 03 июля 2016г.	На сайте <a href="http://www.omskathletics.ru/">http://www.omskathletics.ru/</a>	На карту Сбербанка России. Номер карты: <b>4276 4500 1404 2937</b> Имя получателя: <b>Хроменко Ольга Михайловна.</b> Сообщить о платеже по номеру тел. <b>89043283952</b> при переводе указывайте в сообщении Ф.И., какой старт, а звонить и не обязательно, если смс оповещение сделали. (Образец: Фамилия Имя и дистанция)
2 этап	с 04 июля по 13 июля 2016г.	На сайте <a href="http://www.omskathletics.ru/">http://www.omskathletics.ru/</a>	

3 этап	с 14 июля по 17 июля 2016г.	В палаточном городке	Оплата наличными в месте проведения соревнования
--------	-----------------------------	----------------------	--

#### РАЗМЕРЫ ЗАЯВОЧНЫХ ВЗНОСОВ

Дисциплина	Размер заявочного взноса		
	1 этап	2 этап	3 этап
42,2 км	300 руб.	350 руб.	400 руб.
21,1 км	200 руб.	250 руб.	300 руб.
7 км	100 руб.	150 руб.	200 руб.

#### ПОРЯДОК РЕГИСТРАЦИИ И ПОЛУЧЕНИЯ “ПАКЕТА УЧАСТНИКА”

В "пакет участника" входит:

- стартовый номер, соответствующий виду спортивной программы;
- после финиша: памятная медаль всем участникам на дистанции 21,1 и 42,2 км
- после финиша: памятная медаль первым, финишировавшим 15-ти женщинам и 30-ти мужчинам на дистанции 7 км.

Для получения "пакета участника" необходимо лично прибыть на регистрацию участников и предъявить медицинскую справку, документ, удостоверяющий личность и подтверждающий возраст. На дистанцию 7 км участники допускаются без справки. Обращаем ваше внимание на объективную оценку своих сил при выборе дистанции.

#### ОПРЕДЕЛЕНИЕ И НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Все участники на дистанциях полумарафона и марафона «Подсолнух» у мужчин и женщин награждаются медалями финишёра и дипломами. Абсолютные победители и призёры награждаются кубками и призами от спонсоров соревнований. Возрастные категории не учитываются.

#### ПРОГРАММА И ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ

**14, 15 июля 2016 г.**

12:00 - 20:00	Заезд участников беговой смены
07:00 и 17:00	Просмотр трассы и тренировки, участие в программе беговой смены
15 июля 20:00 – 21:00	Брифинг с главным судьёй соревнований – ответы на вопросы участников

**16 июля 2016 г.**

06:00 – 08:00	Завтрак «В бой идут одни старики»
<b>07:00</b>	<b>СТАРТ участников на дистанцию 42,2 км</b>
07:30 – 08:50	Регистрация участников соревнований, прибывших утром на территорию палаточного городка
<b>09:00</b>	<b>СТАРТ на дистанции 21,1 и 7 км</b>
12:00 - 13:00	Награждение победителей и призёров соревнований
13:00 - 14:00	Обед «От винта!!!» (для всех участников соревнований и жителей беговой смены)
15:00 – 18:00	Походная баня «У Петровича»
15:00 – 18:00	Отъезд участников соревнований (кто приехал только на старт)
19:00 – 20:00	Ужин марафонцев «В кругу друзей»
22:00 – 00:00	Вечерний огонёк «Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались!»

17 июля 2016 г.

08:00 - 09:00	Завтрак
10:00 – 11:00	Закрытие беговой смены
11:00 – 12:00	Уборка территории
13:00 – 16:00	Отъезд участников беговой смены

#### ТРАНСПОРТ И ДРУГИЕ УСЛУГИ

Расходы по приезду, проживанию и питанию участников несут командирующие организации или сами участники. Палаточный городок, как беговая палаточная смена, будет работать с **14 июля по 17 июля (четверо суток)**, заезд с 12:00. Стоимость полной путёвки на одного участника от 2000 до 2500 рублей. В стоимость включено: питание (один приём пищи 100 рублей, сутки 400 рублей), проживание в палатке + матрас (150 рублей за койка-место на смену), участие в программе палаточной смены (350 рублей), оплата стартового взноса по 1 этапу. Заявки по телефонам. Оплата на месте.

В 50 метрах от палаточного городка, находится водоём. Пляж. Волейбольная площадка. Имеется душ. В берёзовом лесу оборудован Экстрим-Парк «Мясорубка», на территории которого установлен скалодром высотой 7,5 метра и верёвочный полигон. Стоимость талона на тренажёры в Экстрим-Парк от 50 рублей. Для детей оборудована песочница. Территория обработана от клеща и комаров. Сотовая связь очень слабая (МТС, ТЕЛЕ2, Билайн, Мегафон).

Участники, приехавшие накануне старта с ночёвкой, могут оплатить питание и проживание на месте. (100 рублей за каждый прием пищи и 100 рублей ночёвка в палатке от организаторов соревнований).

Участники, приехавшие непосредственно перед стартом, оплачивают стартовый взнос по 3 этапу. В стоимость стартового взноса входит и питание после финиша.

Изменения информации и более подробно о **семейных палаточных сменах** смотрите в группах ВКонтакте и Одноклассниках «**Семейные палаточные смены «Подсолнух» 2016**».

Своим автотранспортом по Красноярскому тракту до поворота на посёлок Дачный, через 5 км поворот направо, далее по указателям «Подсолнух» 300 метров.

**Расписание автобуса № 337 Омск, от Бударина / от Дачный.**

**от Бударина** Ежедневно: 05:50, 13:20, 17:30.

**от Дачный** Ежедневно: 07:00, 14:50, 19:00.

**Настоящее положение является официальным вызовом на соревнования.**

**Контактные тел.:** 89136124432 Евгений Непша или 89681034250 (телефон палаточного городка).

