Положення

ПОЛОЖЕННЯ

про проведення 12-, 24- та 48- годинного забігу „Самоперевершення” – 2018.

1.Мета і завдання

Основною метою проведення 12-, 24- та 48-годинного забігу „Самоперевершення” є поширення ідей щодо підтримки здорового та активного способу життя, шляхом залучення усіх тих, хто бажає активно займатися фізичною культурою та спортом.

Провести аналіз результатів для відбору спортсменів на Чемпіонат Світу з 24-годинного забігу, який відбудеться в липні 2019 року в Австрії.

Допомогти учасникам розкрити їхні спортивні здібності та внутрішній потенціал на шляху до перемоги над собою.

Підтримати комітет з фізичної культури та спорту у справі розвитку та популяризації ідеї здорового способу життя серед населення України.

Завдання масового спортивного заходу:

– популяризація здорового способу життя і культури ультра-марафонських забігів;

– надати можливість учасникам змагань не лише максимально розкрити свої здібності, а й перевершити їх.

2.Термін і місце проведення

Змагання проводитимуться у м. Вінниця , парк «Дружби народів» (від залізничного вокзалу – маршрутне таксі №23-А до зупинки «Парк Дружби Народів», або від залізничного вокзалу – тролейбус №5 до зупинки «Проспект Космонавтів», далі через дорогу по проспекту Космонавтів у напрямку вулиці Стахурського (приблизно 500 м)).

Змагання відбуватимуться з 29-го червня 2018р. по 1 липня 2018р., початок змагань о 12^{00}.

3.Керівництво проведення змагань

Загальне керівництво забігу здійснюють Вінницька обласна громадська організація «Марафонська команда Шрі Чинмоя», комітет з фізичної культури та спорту Вінницької міської ради, Вінницький обласний центр ФЗН «Спорт для всіх».

Безпосереднє керівництво підготовкою та проведенням змагань проводить Вінницька обласна громадська організація «Марафонська команда Шрі Чинмоя».

Виконавці проведення змагань:

– директор змагань Глущук Наталія;

– головний секретар Балацька Алла;

– оргделегат ФЛАУ Мудрик Ігор

– технічний делегат ФЛАУ Валентин Іонов.

4. Умови пробігу та учасники

Під час змагань учасники бігають по колу, довжина якого становить **1121.65м**, на території Парку Дружби народів у м. Вінниці. Покриття траси – утрамбований відсів.

Мінімальною вимогою для учасників є:

у 48-ти годинному пробігу – успішно завершена дистанція з добового забігу.

Мінімальна вимога для участі в добовому забігу – успішний фініш у 12-годинному забігу.

Мінімальна вимога для участі у 12-годинному забігу – успішний фініш у марафоні.

4.1. Естафета.

Команда складається з двох учасників.

Склад команди формують члени команди.

Склад команди формується довільно: чол.+чол., чол.+жін., жін.+жін..

Мінімальною вимогою для участі у естафеті є успішний фініш у марафоні кожного з учасників.

Команда естафети отримує один номер, який учасники команди передають один одному під час руху. Момент передачі номеру не регламентується та є довільним у часі та здійснюється на лінії старту за усного повідомлення лічильної комісії.

Лічильна комісія фіксує номер команди без фіксації учасника.

До участі в змаганнях допускаються учасники, які подали заявку, та отримали підтвердження про участь від організаторів і мають при собі довідку від лікаря фізкультурно-спортивного диспансеру в день приїзду.

5. Програма змагань

1. Забіг на 48 годин.

2. Забіг на 24 години.

3. Забіг на 12 годин.

4. Естафета на 48 годин.

6. Розклад змагань

29. 06.2018

з 9^{00} по 11^{00} реєстрація бігунів, видача номерів.

11^{00} –11^{15} ознайомлення бігунів з трасою та обладнанням спортивного містечка.

11^{20}-12^{00} урочиста частина відкриття змагань.

12^{00} старт 48-годинного забігу та естафети на 48 годин.

30. 06. 2018 12^{00} старт 24-годинного забігу.

30. 06. 2018 24^{00} старт 12-годинного забігу

01 07. 2018 12^{00} загальний фініш змагань.

01. 07. 2018 14^{00} урочиста частина нагородження та закриття змагань.

7. Нагородження

7.1. Проводиться індивідуальна першість.

7.2. У естафеті проводиться нагородження команди, яка посіла перше місце.

Учасники індивідуальної першості (окремо чоловіки і жінки), які посіли 1-3 місця у 12-, 24- та 48-годинному забігах нагороджуються медалями та пам'ятними подарунками.

Переможці з кожного виду змагань нагороджуються кубками.

7.3. Окремо нагороджуються переможці у вікових категоріях:

до 23 років, 50-59 років, 60 років і більше (окремо чоловіки і жінки).

8. Фінансування

Організатори забезпечують:

– напої та вегетаріанське гаряче харчування під час змагань (4-разове харчування на добу). Якщо у Вас є специфіка у харчуванні, ви повинні подбати про це самостійно;

– елементарне медичне обслуговування та масаж;

– місце для розміщення намету. (організатори рекомендують мати при собі свою власний намет).

Учасник змагань самостійно вирішує питання ночівлі до та після змагань.

Витрати на відрядження учасників беруть на себе відряджувальні організації.

Загальні рекомендації:

– мати при собі намет, ліхтарик, набір для душу і спальний мішок та дощовик.

9. Термін та умови подання заявок

Зареєструватися можна на сайті змагань www.races.org.ua не пізніше **25 червня 2018 року**. Для участі у забігах обов'язкова медична довідка/допуск від лікаря, посвідчення особи, та підтвердження вашої участі організаторами.

Телефон для довідок (+38-0432) 572225, моб.+380678118023.

Інформація

Старт 48 годинного забігу: 12:00 – 29 червня 2018 (Пт)
Фініш 48 годинного забігу о 12:00 – 1 липня.
Старт 24 годинного забігу: 12:00 – 30 червня 2018 (Сб).
Фініш 24 годинного забігу о 12:00 – 1 липня.
Старт 12 годинного забігу: 24:00 – 30 червня 2018 (Сб).
Фініш 12 годинного забігу о 12:00 – 1 липня.

Під час змагань учасники бігають по колу, завдовжки **1121.65м**, на території Парку дружби народів у м. Вінниці. Покриття траси – утрамбований відсів.

[Show as slideshow]

Організатори забезпечують:

– напої та вегетаріанське гаряче харчування під час змагань (4-разове харчування на добу); якщо у вас є специфіка у харчуванні, ви повинні подбати про це самостійно;

– елементарне медичне обслуговування та масаж;

– місце для розміщення намету. (о*рганізатори рекомендують мати при собі власний намет).*

Учасник змагань самостійно вирішує питання ночівлі до та після змагань.

Мінімальною вимогою для участі у 48-ти годинному забігові є успішно завершена дистанція добового забігу.

Мінімальна вимога для участі в добовому забігові – успішний фініш у 12-годинному забігові.

Мінімальна вимога для участі в 12-ти годинному забігові є успішний фініш у марафоні (42 км 195 м).

Стартовий внесок (за попередніми розрахунками) становить:

48-годинний забіг – 1100 грн,

24 годинний забіг – 800 грн,

12 годинний забіг – 600 грн.

Відрядні витрати учасників беруть на себе відряджувальні організації.

Загальні рекомендації:

мати при собі намет, ліхтарик, набір для душу та спальний мішок.

Проводиться індивідуальна першість:

учасники індивідуальної першості (окремо чоловіки і жінки), які посіли 1-3 місця у 12-годинному, добовому та дводобовому забігах, нагороджуються медалями та пам'ятними подарунками.

Переможці з кожного виду змагань нагороджуються кубками. (окремо чоловіки і жінки)

Окремо нагороджуються переможці у вікових категоріях:

1) понад 50років (окремо чоловіки і жінки);

2) понад 60 років (окремо чоловіки і жінки).

Для участі у забігах обов'язкова медична довідка/допуск від лікаря, посвідчення особи, та підтвердження вашої участіорганізаторами.