

Мировое время

01:08:10

32.08.2018

Irkutsk (GMT +8)

Наша компания

Наша Сибирь

Наши маршруты

- [Активный Тимбилдинг на Байкале](#)
- [Активные приключения](#)
- [Декабристские](#)
- [Конгресс-туризм](#)
- [Наблюдение за дикой природой](#)
- [NEO-экспедиции](#)
- [Природно-познавательные](#)
- [Круизы и Волные путешествия](#)
- [Экологические программы](#)
- [Экзотические путешествия](#)
- [Этнографические экспедиции](#)

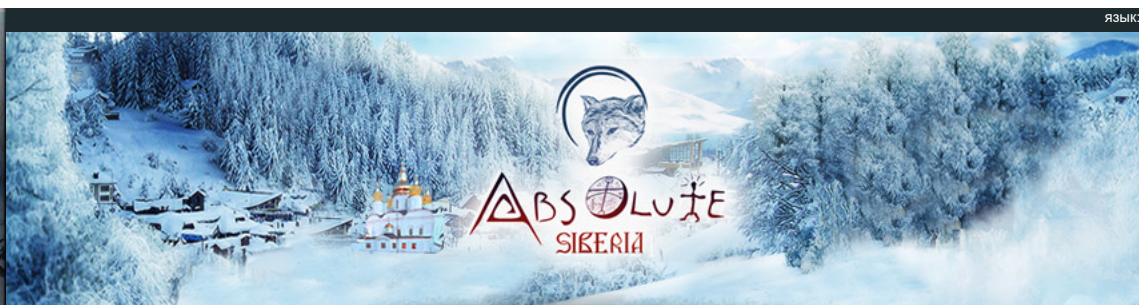
Наши особые услуги:

- [Корпоративное и VIP-обслуживание на Байкале](#)
- [Услуги перевода](#)
- [Speech-making](#)

Поиск

Написать нам:

travel@absolute-siberia.com



... Бюро Событий и Экспедиций ...

Наш дайджест

Дневник событий и путешествий

Наша фотогалерея

[Главная страница](#) > [Календарь Событий](#) > [Международный Байкальский Ледовый Марафон](#)

Международный Байкальский Ледовый Марафон

ТЕРРИТОРИЯ ХОЛОДА И ПЕРЕРОЖДЕНИЯ

Мой учитель Байкал

Это история о том, как один отчаянный забег способен закалить характер, расширить сознание и вселить веру в себя.

Регистрация на XV Байкальский Ледовый Марафон началась 30 июля 2018 г.



XV Международный Байкальский Ледовый Марафон
«За сохранение чистых вод»
02 марта 2019 г.

Официальный организатор: ООО «Абсолютная Сибирь»



«Нашему миру, поглощенному эгоистическими устремлениями, нужно пересмотреть и превозмоги все разногласия и антагонистические барьеры, добиться оптимистического сценария, каждый будущий гражданин мира должен со школьной скамьи понимать святость воды и ценность ее капли, в которой сосредоточены разум и память всего мира» - профессор В.А. Духовный



ПОЛОЖЕНИЕ XV Байкальского Ледового Марафона

1. Цели и задачи

- Популяризация экологически устойчивого развития Байкало-Монгольской Азии;
- Пропаганда организованной активной рекреации на зимнем Байкале, здорового образа жизни;

2. Руководство подготовкой и проведением

Общее руководство подготовкой и проведением XV Байкальского Ледового Марафона (далее по тексту – «БЛМ») осуществляет «Абсолютная Сибирь» (далее по тексту – «Организатор») при координации с органами МЧС. Директор забега – Алексей Петрович Н. БЛМ проходит в рамках международного Фестиваля Зимних Игр на Байкале «Зимняя».

3. Время и место проведения

БЛМ - беговой марафон по льду Байкала с одного берега на противоположный - состоится 02 марта 2019 года на озере Байкал. Мест старта, место финиша определяются за одни сутки до старта; в зависимости от ледовой ситуации и условий ледовой трассы старт БЛМ будет, как с восточного берега Байкала, так и с западного берега.

4. Дистанции БЛМ

- 42 км 195 м;
- 21 км.

5. Участники БЛМ

5.1. К участию в БЛМ допускаются физически здоровые мужчины и женщины не моложе 18 лет, прошедшие регистр, оплатившие стоимость участия (обязательный базовый пакет- п.9.2.1.) в БЛМ, имеющие следующий документально подтвержденный забегов на длинные дистанции:

- на дистанции 42 км- результат не более 4 часов 05 минут,
- на дистанции 21 км - результат не более 2 часов 10 минут.

(Выше указанные беговые результаты должны быть не ранее чем за 3 года до старта БЛМ.)

5.2. Претенденты на участие в БЛМ, имеющие опыт забегов с результатом более 4 ч 05 м на дистанции 42 км или более чем 2 часа 10 минут на дистанции 21 км допускаются к участию в БЛМ только после прохождения 6-дневного подготовительного курса, предшествующего оплате его стоимость (см. п. 9.2.3.).

6.2. Порядок регистрации на участие в БЛМ.

6.2.1. Для прохождения предварительной регистрации претендент на участие в БЛМ (заявитель) заполняет анкету-заявку (форма в конце Положения) на русском языке с обязательным указанием участия в предыдущих забегах, которое может быть подтверждено результатами забегов (последнее участие в таких забегах не должно быть ранее, чем 3 года до даты БЛМ). Указанные в анкете результаты необходимо сопровождать точными, прямыми ссылками на веб-страницу бегового соревнования, содержащую беговые результаты заявителя в данных забегах. Заявки, содержащие только название соревнования и год участия рассматриваться не будут.

Заполненная анкета-заявка (прилагается в конце настоящего Положения) отправляется на электронный адрес: events@absolute-siberi.ru.

Примечание: в анкете заполняются все графы; неполное или недостоверное заполнение анкеты может послужить причиной рассмотрения заявки. В случае обнаружения недостоверности информации, предоставленной заявителем в такой анкете, данный участник может быть не допущен к участию в БЛМ.

6.2.2. После рассмотрения анкеты-заявки и проверки достоверности ее данных в течение 10 дней после получения Организатором от участника уведомления о прохождении предварительной регистрации или об отклонении такой заявки. В случае отклонения Организатор БЛМ не принимает никаких претензий и дальнейшую переписку с таким заявителем прекращает.

6.3. Количество участников в БЛМ ограничено. В случае достижения предела в количестве участников БЛМ, Организатор БЛМ оставляет за собой право закончить регистрацию в любое время.

7. Подтверждение регистрации и оплата

7.1. Настоящее Положение является публичной офертой, то есть предложением Организатора ряду лиц заключить Договор (см. Приложение) с Организатором БЛМ на условиях настоящего Положения. Организатор обязуется оказать Участнику БЛМ услугу регистрации на БЛМ в БЛМ с приемом оплаты стартового взноса и базового пакета Участника, а Участник обязуется оплатить участие в БЛМ в соответствии со своим участием в размерах согласно Положения БЛМ (п.п. 9.2.1. 9.2.2 или 9.2.3.).

7.2. После прохождения предварительной регистрации заявителю выставляется соответствующий счет для оплаты за участие в БЛМ. Оплата за участие по выставленному счету производится в течение 10 дней после получения Организатором. В случае неоплаты такого счета заявителем в течение указанного срока Организатор имеет право исключить этого участника из списка предварительно зарегистрированных участников без какого-либо уведомления. После оплаты участником счета за участие в БЛМ с правом получения услуг базового пакета БЛМ (п.9.2.1, п.9.2.2 или п. 9.2.3).

7.3. Факт оплаты счета предварительно зарегистрированным участником БЛМ является подтверждением согласия такого участника с условиями настоящего Положения. Участник, приобретая и оплатив стоимость участия в БЛМ, акцептует тем самым настоящее Положение (публичную оферту) и принимает ответственность за его нарушения.

7.4. За 2 месяца до старта БЛМ все предварительно зарегистрированные участники должны предоставить копии/сканы справки, выданной (лечебно-профилактическими учреждениями) или врачебно-физкультурным диспансером, свидетельствующей о состоянии здоровья участника допущен к соревнованиям по марафонскому бегу (с 3-мя печатями: штампом учреждения, штампом регистратора и личной печатью врача, выдавшего такую справку). После предоставления такой справки имя участника в стартовый список БЛМ. Оригинал справки участник должен привести с собой на старт.

8. Правила забега БЛМ

8.1. Контрольное время прохождения дистанции марафона - 6 часов, полумарафонской дистанции (21 км) – 4 часа.

8.2. Участники забега на марафонскую дистанцию (42 км), через 4 часа после старта не дошедшие до отметки 21 км, должны сойти с дистанции и будут затем доставляться на соответствующий берег Байкала на СВП «Хивус», снегоходах, другом транспорте, имеющем разрешение Организатора и допущенном к обслуживанию БЛМ.

8.3. В случае, если медицинский или другой сотрудник сопровождения БЛМ установит признаки явного физического недомогания участника, по первому требованию сотрудника БЛМ данный участник обязан сойти с дистанции, проследовать в указанный трансфер для дальнейшего трансфера на соответствующий берег Байкала.

8.4. В условиях старта с западного берега: закончившие свою дистанцию участники БЛМ по первому требованию организаторов занять место в указанном организаторами транспорте для доставки обратно к месту старта. Участники, в течение 10 минут не выполнившие данное требование, будут дисквалифицированы и доставляются обратно к месту старта в последнюю очередь (результат таких участников в этом случае не учитывается в финальном протоколе БЛМ).

8.5. Во время старта и в течение всего забега в БЛМ стартовый номер стартовой майки участника должен быть расположен на груди и хорошо закреплен завязками на верхней одежде бегуна. При отсутствии стартового номера или невозможности его разглядеть проведение марафона судьи соревнований имеют право не регистрировать результат данного участника, что может повлечь дисквалификацию такого участника.

8.6. Запрещается во время забега БЛМ нести, использовать какую-либо символику неонацистского, националистического толка, нацидского черного цвета с любым содержанием и на любых языках.

8.7. Во время проведения забега запрещается присутствие на ледовой трассе БЛМ неаккредитованных журналистов или лиц, сопровождающих бегунов на любом транспорте, неаккредитованном в Оргкомитете БЛМ. При нарушении этого пункта любыми лицами сопровождающими бегунов, последние будут дисквалифицированы.

8.8. Участники БЛМ с признаками интоксикации, алкогольного опьянения, неадекватного поведения - «вне рамок здравого рассудка» находящиеся под воздействием допинга или наркотиков в день старта, перед стартом, во время старта и в течение забега на дистанции дисквалифицируются.

8.9. Каждый нарушивший или дисквалифицированный участник БЛМ по причинам п. 8.3, п. 8.4, п. 8.6, п.8.7. автоматически теряет право участвовать в последующих БЛМ или других будущих мероприятиях, связанных с БЛМ.

8.10. Участник БЛМ сошедший с дистанции по собственному желанию/решению, обязан снять с себя номер и при первой возможности сообщить судье на финише об этом.

8.11. Окончательный допуск на ледовую дистанцию БЛМ производится в день старта и в соответствии с Предстартовым регламентом. Любой участник БЛМ с явными или выявленными признаками физического недомогания может быть отстранен от забега в БЛМ.

8.12. Правила личной и коллективной безопасности.

8.12.1. Оргкомитет БЛМ настоятельно рекомендует всем участникам перед забегом и во время забега БЛМ учитывать фактор о микроклимата на Байкале, его возвышенность, непредсказуемость погодных условий, разницу во временных поясах и недостаточной акклиматизации, различность влияния энергетической системы древнейшего в мире Озера на физическое и моральное состояние отдельного человека. Будьте осторожны, будьте внимательны к себе, прислушиваясь к Байкалу получите удовольствие от си размеренного забега через Великий Байкал.

8.12.2. Каждому бегуну, участвующему в БЛМ на дистанции 42 км, необходимо иметь с собой мобильный телефон, чтобы в случае сообщить об этом сотруднику группы реагирования БЛМ по телефону (номер этого телефона будет сообщен за 2 недели до стар должен быть удобно для быстрого чрезвычайного набора занесен в список контактов в телефон участника БЛМ).

8.12.3. Во время забега БЛМ в случае физического недомогания в виде наступления тошноты, полуобморочного состояния, предплечных или сердечных болей, внезапной депрессивности или появлении резкого чувства страха, при сильном ушибе ко участник БЛМ должен остановить бег, и сообщить об этом сотруднику реагирования БЛМ. Если по какой-то причине нет воз дозвониться до группы реагирования БЛМ и рядом в этот момент нет сотрудников группы поддержки БЛМ, других бегунов, такому необходимо использовать ближайший красный флажок, маркирующий трассу БЛМ, для подачи визуального сигнала о наступлении Ч флажок вверх и помахивая им из стороны в сторону.

8.12.4. Участник БЛМ увидев другого участника с поднятым флажком должен сразу оповестить об этом сотрудников реагиро сообщив примерную километровую отметку трассы БЛМ на которой находится участник БЛМ в таком режиме ЧС, и после эт возможности оказать первую помощь участнику в ЧС (потраченное на такую помощь время будет учтено Оргкомитетом БЛМ оказавшего помощь).

9. Финансирование, стоимость участия в XIV БЛМ, аннуляции

9.1. Организатор несет расходы по транспортному обслуживанию участников на трассе БЛМ, отслеживанию состояния ситуации в : подготовке и разметке трассы, обеспечению безопасности и медицинской помощи, оплате судебному и обслуживающему персоналу транспорта и спецтехники для подготовки и обслуживания БЛМ, подпитке участников на трассе марафона, награждению побе, призеров, изготовлению спортивной атрибутики, трансферы к месту старта, награды (медали и сертификаты, майку-поло с символикой БЛМ), предоставление соответствующего проживания и питания участников согласно программ/ пакетов БЛМ.

9.2. Стоимость участия в БЛМ:

9.2.1. для россиян устанавливается в размере стоимости базового, обязательного пакета участника БЛМ и составляет 42 500 (сорок пятьсот) рублей). Данная стоимость включает регистрационный и стартовый взнос, 2 ночи проживания в двухместном номере гос место в номере с завтраками), ужин-паста 01 марта 2019 г. и торжественный ужин 02 марта 2019 г., групповой трансфер из аэропорт: проживания 01 марта 2019 и к старту 02 марта 2019 г., групповой трансфер 03 марта 2019 г. из гостиниц/мест проживания/ночевки у после завершения БЛМ в аэропорт Иркутска; мед.страховка, наградная атрибутика (медали и сертификаты), майки-поло с вышитой с БЛМ. Доп. плата за проживание в одноместном номере – 5300 рублей. Стоимость пакета сопровождающего лица в номере с бегун услуги кроме: участия забега БЛМ и нахождения на ледовой трассе в день забега БЛМ, наградной атрибутики) -20 200 рублей

9.2.2. кроме базового/обязательного пакета участника БЛМ для участников, прибывающих на БЛМ из городов с разницей временно Иркутском в 4-5 часов, настоятельно рекомендуется приобрести пакет участника БЛМ длительностью 4 дня/3 ночи, позволяющ акклиматизироваться к условиям БЛМ. Стоимость этого пакета на 4 дня/3 ночи- 52 300 рублей при двухместном проживании (6и одноместное размещение). Стоимость включает все услуги, как и в базовом пакете + доп. ночь в Иркутске в отеле Марриотт, экск программу с обедом. Стоимость пакета сопровождающего лица : 29 500 рублей.

9.2.3. Стоимость для участников 7-дневного акклиматизационно-подготовительного пакета с допуском на БЛМ - 105 400 ру бегуна-«курсанта» при проживании в номере с другим бегуном или своим сопровождающим лицом; стоимость пакета сопровожда проживании в номере с сопровождаемым бегуном – 67 500 рублей). Стоимость пакета бегуна- участника 7-дневного курса при оди проживании -126 500 рублей.

9.2.3. Организатор БЛМ приглашает российские компании, предпринимателей выступить спонсорами отдельных российских участн оплатив стоимость их участия в БЛМ. Логотип компании, выступившей спонсором российских участников будет размещен на застав релизов и в отчетах БЛМ. Соответствующие письма будут подготовлены по запросам участников БЛМ и предоставлены; по заверш компаниям-спонсорам российских участников будет предоставлен сертификат спонсора.

9.3. В случае, если зарегистрированный участник БЛМ, оплативший участие в БЛМ, по какой-либо причине отказывается от участия выйдет или опоздает на старт БЛМ, выше указанная сумма произведенной таким участником оплаты не подлежит возврату, но можг усмотрению Организатора использована данным участником частично (по решению Организатора БЛМ), как часть регистрационной участие в последующих выпусках БЛМ.

10. Предварительная программа БЛМ:

10.1. Базовый, обязательный пакет участника БЛМ (3 дня/2 ночи):

- **01 марта 2019 г.** –с 08:00 до 11:00 - прибытие участников в Иркутск до полудня (место сбора – аэропорт «Иркутск»). Посадка в тра транспорт в гостиницы у места старта. Размещение в гостиницах. 19:00 – предстартовый брифинг и регистрация, выдача стартовых Ужин-паста. Ночевка.

- **02 марта 2019 г.** – трансфер участников к месту старта. Старт БЛМ. До 18:30 – завершение дистанций БЛМ. Трансфер в г Торжественные награждение и ужин.

- **03 марта – 2019 г.** – трансферы участников в аэропорт (при желании возможно продление пребывания на Байкале по согласовани программе и условиях).

10.2. Дополнительный пакет участника БЛМ (4 дня/3 ночи):

28 февраля 2019 г. – Прибытие в Иркутск, встреча в аэропорту, трансфер в отель Марриотт (Courtyard by Marriott Irkutsk City расположенный в самом центре. После размещения в отеле и небольшого отдыха - экскурсия по городу с обедом в ресторане ист Иркутской Слободы (130-ый квартал) , восстановленный к 350-летию юбилею города Иркутска. Брифинг в отеле. Ночевка в отеле М

01 марта 2019 г. –После завтрака трансфер в Байкальск. По прибытию – размещение в отеле Гранд Байкал или Белый Собс Свободное время (отели расположены у склона Горы Соболиной и центра горнолыжного отдыха на Байкале).

19:00 –брифинг и регистрация, выдача стартовых номеров. Ужин-паста. Ночевка.

02 марта 2019 г. – После завтрака трансфер участников к месту старта (согласно предстартового регламента в Положении). Стар 18:30 – завершение дистанций БЛМ. Трансфер в гостиницы. Торжественные награждение и ужин.

03 марта – 2019 г.–Трансферы участников в аэропорт

Примечание: возможен 2-ой вариант программы: 28 февраля по прибытию в аэропорт Иркутска - трансфер с другими учас Байкальск с проживанием у Байкала перед стартом 2 ночи, питанием (стоимость – та же).

10.3. Подготовительный пакет-допуск участника БЛМ (7 дней/6 ночей):

- **25.02.2019** — Прибытие в Иркутск, встреча в аэропорту, трансфер в отель Марриотт (Courtyard by Marriott Irkutsk City Center). экскурсия с обедом в ресторане исторической Иркутской Слободы (130-ый квартал). Вечером в отеле - встреча с тренером-кураторо

ночёвка в отеле Марриотт

- **26.02.–02.03.2019** – 4 дня тренировочного курса под руководством опытейшего Байкальского тренера. Подготовка к допуску и уче БЛМ: прогрессирующие дистанции забегов по таежной трассе, льду Байкала с замерами артериального давления, тонусно-ви процедуры, акклиматизационные сессии – спуски на горных лыжах/сноубордах с Горы Соболиная, Ледяная Баня. Каждый специализированные и тематические презентации.

- **02.03.2019**- трансфер участников к месту старта. Старт БЛМ. После завершения БЛМ -трансфер в гостиницы. Награждение и ужин.

- **02 марта – 2019 г.** – групповые трансферы участников в аэропорт (при желании возможно продление пребывания на Бс согласованных ранее программе и условиях).

Полная программа подготовительного курса БЛМ находится [здесь](#)

11. Предстартовый регламент XV БЛМ

11.1. Место предстартового сбора БЛМ будет находиться в местах проживания участников.

11.2. Точное место старта БЛМ определяется за 1 день до старта.

11.3. Предстартовые регистрация, брифинг, выдача номеров участникам БЛМ будет производиться либо в местах проживания участ во время трансфера участников к месту старта 07.03.19.

11.4. Во время предстартовой регистрации участники БЛМ вместе со стартовыми номерами получают пластиковые пакеты с прикрепл ним номерными бирками соответственно своим стартовым номерам. В данные пластиковые пакеты упаковывается только сменная о использования после финиша 07 марта 2018 г., вес содержимого пакета не должен превышать 3 кг. Запрещается класть в эти паке другие предметы (с острыми краями и т.п., которые могут повредить пакет), и предметы представляющие особую ценность. Организат несет ответственности и не принимает претензий в случае утери участниками любых ценностей или предметов, положенных в так нарушение правила настоящего пункта.

11.5. Участникам необходимо находиться в предстартовой зоне (фойе гостиниц-мест проживания) не позднее 08:15 утра 07 марта 201

11.6. Перед посадкой в автотранспорт для доставки к месту старта участникам необходимо надеть стартовые номера с номером, видно расположив его на груди.

11.7. Посадка в автотранспорт для доставки к месту старта 02 марта 2019 г. начинается: в 08:30- в условиях старта с западного бере (пос. Листвянка) или в 09:00- в условиях старта с восточного берега Байкала (ст. Переемная или Танхой). Посадка производится в тр которому будет прикреплен каждый участник и в соответствии со списком рассадки, о котором участники будут проинформированы предстартового брифинга 01 марта 2019 г. Участники должны будут точно следовать данному списку. После этого участники доста месту старта и выходят из своего транспорта у места старта.

11.8. Участники, не прибывшие в предстартовую зону в выше обозначенное время и не занявшие свои места в закрепленном тран отъезда к месту старта, от участия в БЛМ отстраняются и претензии не принимаются.

11.9. Отправление из предстартовой зоны к месту старта: 08:40 - в условиях старта с западного берега, в 09:10 –в условия восточного берега.

11.10. После выхода из своего транспорта на старт участники должны взять свои пакеты с номерными бирками и уложенных в них вещами, перенести и лично положить их в сопровождающий транспорт БЛМ согласно ниже следующего:

- участники дистанции 42 км БЛМ- в транспорт с табличкой №1,

- участники дистанции 21 км БЛМ – в транспорт №3,

11.11. После прибытия к месту старта, переключке и по приглашению представителя БЛМ участники выходят из автобуса и следуют старта БЛМ. Перед самым стартом участникам будет предложено исполнить древний ритуал почтения Байкалу. С этой целью безымянный палец левой руки в молоко или бурятский напиток «тарасун», разлитый по стаканчикам, надо будет четыре раза поб сторонам света и затем допить остаток или поднести к губам затем плавно, не резко вылить оставшееся молоко на лед. После со такого ритуала и приглашения построиться на старт из громкоговорителя прозвучит команда «старт» БЛМ «За сохранение чистых вод

11.12. Участникам БЛМ необходимо внимательно следовать указаниям и предстартовым оповещениям представителя БЛМ в пред зоне и на месте старта. Участник, чье поведение в предстартовой зоне и на месте старта может повлечь задержку старта, или м осуществлению, будет отстранен от забега в БЛМ, а возможные претензии в связи с этим Организатором не будут приним рассматриваться.

11.13. Данный предстартовый регламент может быть изменен , о чем участники БЛМ будут своевременно проинформированны..

12. Пункты питания. Особенности трассы и рекомендуемое снаряжение

12.1. Организатор обеспечивает 6 пунктов питания на трассе БЛМ с включением в рацион питания чая, негазированной воде сухофруктов, шоколада, сыра. Расположение пунктов подпитки и интервалы между будут сообщены за 1 день до старта БЛМ.

12.2. У восточного побережья Байкала стартовый участок трассы Марафона может быть перебит снегопадом и покрыт снегом (тол 15 до 25 см и длиной до 500 м, а иногда до 1 км), местами , ближе к западному берегу, могут быть большие участки открытого льда д 500 м; в некоторых местах могут отмечаться поля «колобовника» (участки блинчатых или «тарелочных» льдин округлой формы цвета с утолщенными краями, вмерзшие в поверхность льда и нередко закрытые снежным покровом), а также неширокие участ игольчатых, тонких ледяных кристаллов на поверхности льда, представляющие определенную трудность и требующие о прохождения на бегу. Во время пробега может меняться погода, дуть ветер, как по направлению движения, так навстречу бе низовой юго-западный ветер (дует в бок бегуна). При низком атмосферном давлении может задуть местный «хиус» - не очень си резкий, пронзительный, колючий и при температуре -14 обмораживающий лицо зимний ветер, на льду Байкала проникающий к т мельчайшие одежные щели. В последние 3 года с отметки 30 км и ближе к западному берегу после 13:00 начинает дуть ровный, н поперечный ветер с долины реки Ангара (ветер встречный, может серьезно «охладить» пыл вспотевшего, утомленного бегуна, сог почти до финиша– в случае, если финишная черта будет в Листвянке, на западном берегу Байкала). Важно: правильно и надежно, д льду и в условиях меняющихся ветров «упаковать» себя. Условия трассы БЛМ всегда зависят от того, как замерзает Байкал в начал погоды, которая очень изменчива. Очищенная от снега трасса БЛМ может быть перебита поземкой в течение 30 минут. Участник БЛ быть морально и физически готов бежать как по открытому льду, так и по следу снегохода или вездехода, проложенному перед самы Среднестатистические температуры в первой декаде марта у трассы БЛМ: от -14 до - 27 по Цельсию (восточный берег), на середине от -7 до - 14, от - 12 до + 1 по Цельсию (западный берег) после 14:00.

В феврале и марте на Байкале часто дует так называемая «поземка» (своеобразная низовая метель), снимающая верхний выпавшего на лед снега и интенсивно несущая его вдоль ледовой поверхности. При таких погодных условиях очень быстро заматются или подготовленные трассы, образуются снежные заносы и дюны; транспортное передвижение становится невозможным или опасным. ниже показан эффект Байкальской поземки. При хорошей видимости (даже противоположные берега Байкала отчетливо видны) полчаса с начала поземки проложенная трасса будет скрыта под глубоким слоем снега, кромка поверхности которого еще чере превратится в твердый наст.

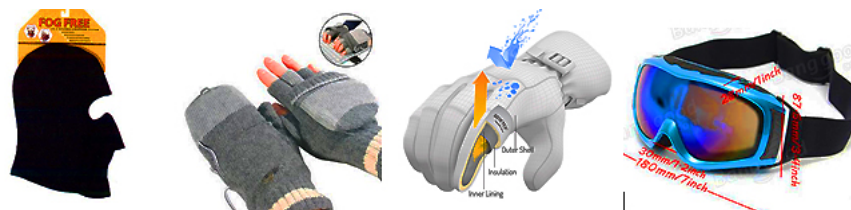


Оргкомитет БЛМ за день до старта практикует очистку от снега промаркированной ледовой трассы БЛМ «бобкетами» или трактором. Однако, в ночь или ранним утром перед стартом БЛМ вся работа по такой подготовке трассы нередко сводится ветрами почти к Работе по уборке снега со льда Байкала вдоль трассы БЛМ производятся только при стабильном состоянии льда и станковых трещинах. И самого старта БЛМ в целях обеспечения безопасности как участников БЛМ, так и его организаторов, никакой снегоочистительной техники не допускается на трассу БЛМ (во избежание лишнего давления на лед, который в некоторых, часто непредсказуемых местах ледовой трассы становится тоньше после раздвигов, подземных толчков). Участник БЛМ должен быть соответственно экипирован, физиологически и психологически готов бежать как по открытому – как каток – льду, по колововнику (остро бугристая поверхность льда, прикрытая снегом) или блинчатому льду по снегу (до 25 см), в условиях пронизывающих ветров, низких температур и иногда под ярко ослепительным солнцем. Как погодные ледовые условия трассы в день БЛМ могут совмещать все выше указанное погодные особенности.

Для более ясного представления различных погодных условий и поверхности трассы БЛМ рекомендуем прочитать отчеты-статьи участников предыдущих выпусков БЛМ [здесь](#)

12.3. Учитывая низкие температуры, сильный встречный ветер и его коэффициент охлаждения настоятельно рекомендуем участникам БЛМ настоятельно рекомендуем

- одеваться для забега по принципу трех слоев (1-ый влаговыводящий слой - термобелье или белье с эластаном; 2-ой теплоизолирующий и переводящий влагу слой - флиска, свитер или толстовка; 3-ий ветрозащитный, не продуваемый слой – легкая спортивная ветровка;
- максимально защитить подбородок, щеки и нос лентой [Kinesio](#) или другой без боли снимающейся клейкой лентой на тканевой основе;
- использовать балаклаву-[антитуманку](#);
- защитные закрытые очки типа горнолыжных масок;
- варежки или [перчатки](#) с подогревом – шерстяные, с пропиленом или изоляцией OuterGoretex
- высокие, дышащие носки/ легко пропускающие влагу, без швов (одна пара – до минус 15, две – ниже), термоноски.



- для «бегущих быстро и на результат» -легкоатлетические кроссовки с шипами типа [ICESPIKE](#) или [ICEBUG](#) или любыми твердосплавными шипами, вкрученными в подошву (в случае если поверхность трассы будет открытым льдом или с неглубоким снежным покрытие до 8 см); **для остальных, желающих стабильно пройти трассу БЛМ в рамках контрольного времени достаточно зимних кроссовок с глубоким протектором для бездорожья и широкой носковой опорной площадкой**



12.4. Участники БЛМ, вышедшие на старт в явно неподходящей для погодных условий БЛМ экипировке могут быть отстранены от участия в БЛМ и дисквалифицированы.

13. Награждение.

13.1. Победители среди мужчин и женщин на дистанциях 42 и 21 км награждаются Кубками Байкальского Ледового Марафона медалями;

- Призеры БЛМ, занявшие 2-ые и 3-ьи места среди мужчин и женщин, награждаются Призовыми медалями,

13.2. Все участники, прошедшие заявленную дистанцию награждаются памятными медалями БЛМ и свидетельствами.

13.3. В БЛМ применяется абсолютная возрастная шкала – от 18 лет и старше. Однако участники, показавшие на своей дистанции лучший результат в своей возрастной группе (15-55 лет и 56-65 лет), будут награждены именной медалью в виде памятного сувенира БЛМ.

в одной из двух возрастных групп - 40-50 лет и 50-60 лет – будут определены и указаны в отдельном протоколеLivвыпуска БЛМ.

14. Сохранение чистых вод Байкала

14.1. БЛМ проходит под девизом «За сохранение чистых вод» на озере Байкале - древнейшем, глубочайшем, крупнейшем природном чистейшей пресноводной воды, ¾ обитателей которого являются эндемиками. На трассе марафона запрещается выбрасыв стаканчики, бутылки, крышки от бутылок и прочие предметы. Весь мусор необходимо оставлять на пунктах подпитки, у группы подд нести с собой к месту финиша. Данное требование относится ко всем участникам соревнований: бегунам, обслуживающему персо поддержки, журналистам и сопровождающим. Участники, замеченные в нарушении этого правила, подлежат немедленно дисквалифи

14.2. Часть дохода, полученного Организатором от проведения БЛМ будет традиционно использована для высадки деревьев в и полосе Байкала.

15. Безопасность и страховка

15.1. Безопасность участников при прохождении дистанции БЛМ обеспечивается силами МЧС/Аварийно-Спасательной Службы области, группой техподдержки и реагирования БЛМ. Участники, пробежавшие полумарафон, а также сошедшие с дистанции, дост Листвянку на СВП «Хивус», снегоходах, другом транспорте, допущенном к обслуживанию БЛМ. На трассе БЛМ будет находиться бри скорой помощи/медицины катастроф (на замыкающем бегунов СВП «Хивус», базовом лагере на 21 км, на 42 км).

15.2. Каждый зарегистрированный участник будет застрахован от несчастного случая. Страховой полис участника БЛМ действует прибытия марафонца к месту старта БЛМ в день старта и до окончания БЛМ 07 марта 2018 г.

16. Официальные языки БЛМ

Официальными языками БЛМ являются русский и английский языки.

17. Заключение

17.1. В целях обеспечения безопасности участников БЛМ Организатор БЛМ оставляет за собой право изменить место и врем заявленных предстартовых и стартовых мероприятий БЛМ.

[ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ в XV выпуске БАЙКАЛЬСКОГО ЛЕДОВОГО МАРАФОНА](#)

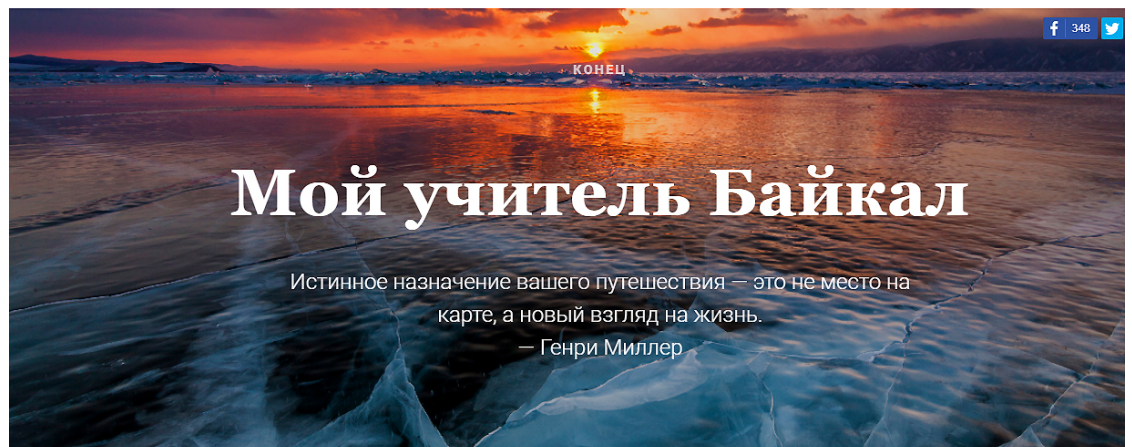


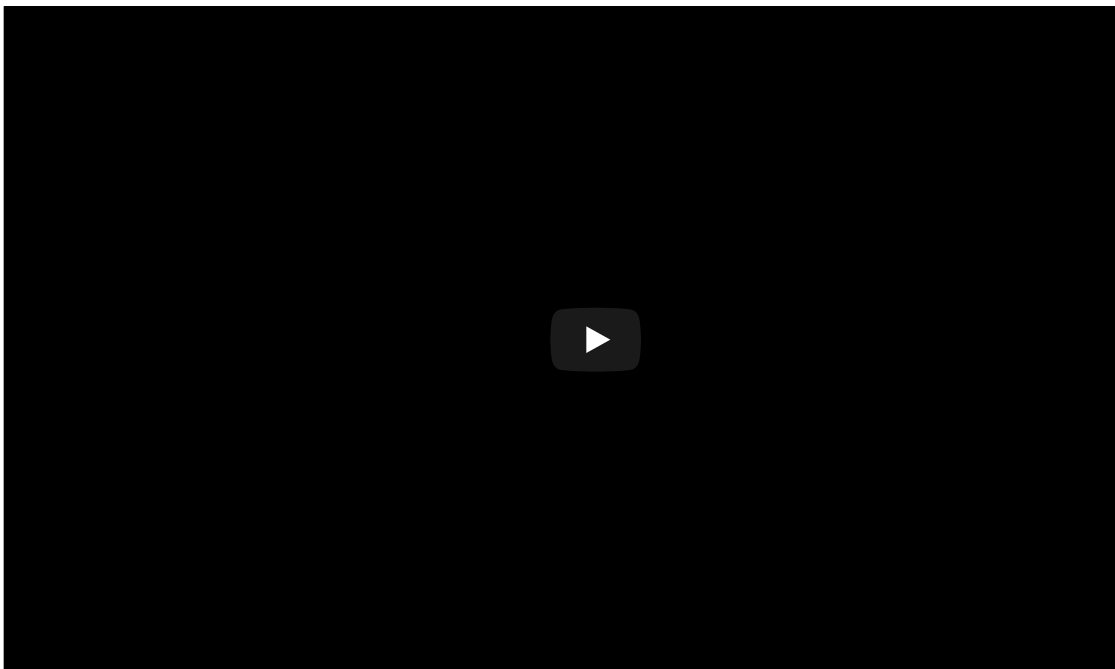
[Протоколы Международного Байкальского Ледового Марафона](#)

[Байкальский Ледовый Марафон \(отчеты, статьи участников БЛМ, Организаторов БЛМ\)](#)

Baikal Ice Marathon

Глава 1 Глава 2 Глава 3 Глава 4





Регионы Сибири и Байкало-Монгольской Азии :

**Центральная
Сибирь**

[Алтай](#)
[Хакассия](#)
[Тува](#)

**Байкало-Монгольская
Азия**

[Два Великих Озера Азии](#)
[Чайный Путь](#)
[Бурятия](#)

**Западная
Сибирь**

[Ханты-Мансийск](#)
[Тобольск](#)
[Томск](#)

 сайт разработок:
PRIME GROUP

Дальний Восток

[Камчатка](#)
[Хабаровский Край](#)
[Приморский край](#)

Север Сибири

[Якутия –Республика Саха](#)
[Магадан и Чукотка](#)
[Эвенкия](#)

**Байкальский
Край**

[Прибайкалье](#)
[Забайкалье](#)
[Север Байкала](#)

**Национальные парки
Сибири**

[еще...](#)

© Все права защищены компанией ООО "Абсолютная Сибирь".
Материалы с данного веб-ресурса могут быть использованы
ТОЛЬКО с письменного разрешения ООО "Абсолютная Сибирь"

