**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении кросса-гандикапа лыжников,
посвященного дню рождения Андрея Гетьмана
и окончанию бегового сезона**

**МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ И ТРАССА**

П. Валентиновка М.о., на территории детсада МГУ (там же, где летом проводятся "Королевские горки").

[*Как проехать к месту старта*](http://www.kocmap.ru/protocols/kg/valentinovka.htm)

Трасса пробега — 2 круга по 3 километра (= 6 км). Рельеф сильнопересеченный. Характер грунта таков, что даже в сильный дождь лужи отсутствуют и грязи практически нет.



**ДАТА И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ, ДОПУСК**

25 октября 2009 года, старт в 11 ч **(по переведенному зимнему времени)**.

К соревнованиям допускаются участники, предоставившие справку от врача либо личную расписку об ответственности за собственное здоровье. Для несовершеннолетних - справка от врача или расписка родителей.

**ФОРМУЛА ГАНДИКАПА**

Старт дается с учетом гандикапа по возрасту и полу. В протоколе будет указано как чистое время, так и время с учетом гандикапа. К соревнованиям допускаются участники не моложе 1997 г. р.

Время старта участников берется из предварительно рассчитанной [таблицы гандикапа с учетом пола и возраста](http://www.kocmap.ru/protocols/kg/2009/gandicrossing.xls). Методика расчета гандикапа основана на [Международной разрядной классификации по гладкому бегу для любителей бега, разработанной спортивно-техническими комиссиями ВАЛБ и Всесоюзным Советом КЛБ](http://www.kocmap.ru/category/exkurs.htm) в 1988/89 гг.

Победители и призеры гандикапа определяются лишь по времени финиша независимо от пола и возраста.

Женщины от 20 до 34 лет включительно стартуют в 11:06. Время старта мужчин от 20 до 34 лет включительно — 11:10.
Возраст участников определяется по количеству полных лет на конец 2009 года.

**ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ**

Регистрация участников проводится на месте старта с 9.30 до 10.30 в день соревнований.

Стартовый взнос: 100 р. (пенсионеры и школьники – по желанию).

11.00 - 11.10 — СТАРТ
12.30 - 12.35 — НАГРАЖДЕНИЕ
12.40 — фуршет, посвященный д/р Андрея Гетьмана и окончанию бегового сезона.

**НАГРАЖДЕНИЕ**

Для победителей с учетом гандикапа предусмотрены три приза.

**ПРИМЕЧАНИЕ**. [Проезд](http://www.kocmap.ru/protocols/kg/valentinovka.htm): Платформа "Валентиновка" с Ярославского вокзала, следующая за ст. "Болшево" (электрички — Фрязево, Монино, Щелково). Выход из последнего вагона налево по ходу эл-ки, метров 300 через поселок, дальше по периметру обходите поле и упираетесь в забор заброшенного летнего детского садика. Там ищете ворота и заходите в них. 45 минут на эл-ке от Яр. вокзала + минут 15 ходьбы.