



беговой кубок

Подсолнух удачи

ПОЛОЖЕНИЕ БЕГОВОЙ КУБОК «ПОДСОЛНУХ УДАЧИ»

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

1. Популяризация и развитие бега по пересеченной местности.

2
·
У
к
р
е
п
л
е
н
и
е
с
в
я
з
е
й
м
е
ж
д
у
п
р
о
ф
е
с
с
и
о
н
а
л
ь
н
ы
м
и
с
п
о

3. Пропаганда здорового образа жизни.

РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство подготовкой и проведением бегового кубка «Подсолнух удачи» осуществляет ООО «Лига Профессиональных Тренеров». Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию утвержденную организаторами.

ДАТА И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

С 14 по 17 июля 2016 года в 35 км от г. Омска по Красноярскому тракту в **поселке Дачный** Омского муниципального района Омской области.

ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

В программу бегового кубка «Подсолнух удачи» включены 3 забега у мужчин и женщин на дистанции 7 км, 14 км и 21,1 км.

Трасса проходит по кругам длиной 7 км. Покрытие грунтовое. На дистанциях 21,1 км и 14 км пункты питания расположены через каждые 3,5 км.

ВРЕМЯ СТАРТА

1 этап - 14 июля (четверг), дистанция **14 км, вечерний старт в 20:00**, «Мельница»

2 этап - 15 июля (пятница) дистанция **7 км ночной старт в 23:00**, «Ночные совы»

3 этап - 16 июля (суббота) дистанция **21,1 км старт в 9:00**, «Подсолнух».

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. По желанию участник может принять участие в одном или более забегах. На 2 этапе кубка участник без фонарика на старт не допускается. 3 этап проводится в рамках II кроссового полумарафона «Подсолнух».

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 http://www.omskathletics.ru/	На карту Сбербанка России. Номер карты: 4276 4500 1404 2937 Имя получателя: Хроменко Ольга Михайловна. Сообщить о платеже по номеру тел. 89043283952 при переводе указывайте в сообщении Ф.И., какой старт, а звонить и не обязательно, если смс оповещение сделали. (Образец: Фамилия Имя кубок 7, 14 и 21 км) или (ФИ только 7 км)
2 этап	с 04 июля по 13 июля 2016г.	На сайте http://www.omskathletics.ru/	Оплата наличными в месте проведения соревнования
3 этап	с 14 июля по 17 июля 2016г.	В палаточном городке	

РАЗМЕРЫ ЗАЯВОЧНЫХ ВЗНОСОВ

Дисциплина	Размер заявочного взноса		
	1 этап	2 этап	3 этап
14 км	150 руб.	200 руб.	250 руб.
7 км	100 руб.	150 руб.	200 руб.
21,1 км	200 руб.	250 руб.	300 руб.
Все три старта	400 руб.	550 руб.	650 руб.

ПОРЯДОК РЕГИСТРАЦИИ И ПОЛУЧЕНИЯ "ПАКЕТА УЧАСТНИКА"

В "пакет участника" входит:

- стартовый номер, соответствующий виду спортивной программы;
- после финиша 3 этапа: памятная медаль всем участникам забега.

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

ОПРЕДЕЛЕНИЕ И НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

В беговом кубке «Подсолнух удачи» победители и призёры на дистанциях 14 км и 7 км награждаются дипломами и медалями. Все участники медалями. После финиша 3 этапа на дистанции 21,1 км все участники получают медаль финишёра и диплом.

В беговом кубке «Подсолнух удачи» победитель определяется среди мужчин и женщин по сумме времени 3-х этапов. В случае равенства суммы времени преимущество даётся участнику, имевшему больше 1, 2 и т.д. мест. Абсолютные победители и призёры бегового кубка награждаются призами от спонсоров соревнований.

ПРОГРАММА И ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ

14 июля 2016 г.

с 12:00	Заезд участников беговой смены
16:00 - 18:50	Регистрация участников 1 этапа бегового кубка «Подсолнух уДачи» на территории палаточного городка
12:00 – 18:00	Просмотр трассы и тренировки, участие в программе беговой смены
20:00	СТАРТ 1 этапа кубка, дистанция 14 км «Мельница»

15 июля 2016 г.

09:00	Завтрак
13:00 – 14:00	Обед
07:00 и 18:00	Просмотр трассы и тренировки, участие в программе беговой смены
17:00 – 18:00	Встреча с приглашённым спортсменом «История одной Победы»
19:00	Ужин
20:00 - 22:50	Регистрация участников 2 этапа бегового кубка «Подсолнух уДачи» на территории палаточного городка
23:00	СТАРТ 2 этапа кубка, дистанция 7 км «Ночные совы»

16 июля 2016 г.

06:00 – 07:30	Завтрак «В бой идут одни старики»
07:30 – 08:50	Регистрация участников соревнований, прибывших утром на территорию палаточного городка
09:00	СТАРТ 3 этапа кубка, дистанция 21,1 км «Подсолнух»
13:00 - 14:00	Обед «От винта!!!» (для всех участников соревнований и жителей беговой смены)
12:00 - 13:00	Награждение победителей и призёров соревнований
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).

