**[ПОЛОЖЕНИЕ о проведении физкультурно –массового мероприятия «Осенний марафон»](https://new.vk.com/pages?oid=-99547319&p=%D0%9F%D0%9E%D0%9B%D0%9E%D0%96%D0%95%D0%9D%D0%98%D0%95%20%D0%BE%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B8%20%D0%BA%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B0%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D1%81%D0%B5%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%B9%20%D0%BC%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8%20%D0%A2%D0%A0%D0%95%D0%99%D0%9B%20%D0%9E%D0%A0%D0%95%D0%A5%D0%9E%D0%92%D0%AB%D0%99)**

**Сроки и место проведения соревнований:**
Соревнования состоятся 23 октября 2016 года, Центр соревнований располагается в 400 метрах на северо-запад от  ж/д  платформы  Лемболово, Поляна туристов «У родника».

**Программа соревнований по кроссу:**
Соревнования проводятся на дистанциях:
• Основная дистанция - 22 км в 2 круга сильно – пересеченных по лесным дорогам и тропинкам
• Короткая дистанция - 11 км в 1 круг сильно- пересеченный по лесным дорогам и тропинкам

• Детская дистанция – 4 км в 2 круга средне -пересеченных по лесным дорогам и тропинкам
• Детская дистанция - 2 км в 1 круг средне -пересеченный по лесным дорогам и тропинкам

**Участники соревнований по кроссу:**
Возрастные группы участников на 22 км (2 круга)
• 22М - мужчины 1977-1998 г.р.
• М40 - мужчины 1967-1976 г.р.
• М50 – мужчины 1957-1966 г.р.
• 22Ж – женщины 1977-1998 г.р.
• Ж40 – женщины 1967-1976 г.р.

Возрастные группы участников на 11 км (1 круг)

• М60 – мужчины 1956 -1947 г.р.
• М70 - мужчины 1946 г.р. и старше
•11 М – мужчины 1998 - 1957г.р.

• Ж50 –женщины 1966 г.р. и старше
•11 Ж- женщины 1998 -1967 г.р.

Возрастные группы участников на 4 км ( 2 круга )
• М14-15 – мальчики 2002- 2001 г.р.
• М16-17 – юноши 2000- 1999 г.р.  .

• Ж14-15 – девочки 2002- 2001 г.р.
• М16-17 – девушки 2000- 1999 г.р.

Возрастные группы участников на 2 км (1 круг)

• М9 – мальчики 2007 г.р. и младше

• М10-11 – мальчики 2006 - 2005 г.р.

• М12-13 – мальчики 2004 - 2003 г.р.

• Ж9 – девочки 2007 г.р. и младше

• Ж10-11 – девочки 2006 - 2005 г.р.

• Ж12-13 – девочки 2004 - 2003 г.р.

**Программа соревнований по скандинавской ходьбе:**

• Основная дистанция - 11 км в 1 круг сильно- пересеченный по лесным дорогам и тропинкам

• Короткая дистанция – 4 км в 2 круга средне-пересеченных по лесным дорогам и тропинкам

**Участники соревнований по скандинавской ходьбе:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| До 1987г.р | до 29 лет | 11км | М | Ж |
| 1986г.р – 1977г.р | 30-39 лет | 11 км | М 30 | Ж 30 |
| 1976г.р – 1967г.р. | 40-49 лет | 11 км | М 40 | Ж 40 |
| 1966г.р.- 1957г.р | 50-59 лет | 11 км | М 50 | Ж 50 |
| 1956г.р. и старше | 60 лет и старше | 11 км | М 60 | Ж 60 |
| До 1947г.р. | до 69 лет | 4 км | М | Ж |
| 1946г.р и старше | 70 лет и старше | 4 км | М70 | Ж70 |

**Участникам обеспечивается:** размеченная трасса, стартовый номер, первая медицинская помощь, палатки для переодевания и камера хранения, питание на трассе и на финише, закончившим забег - место и время в протоколе, медаль финишера.

**Каждый участник обязан:**
- заверить подписью ответственность за свое состояние здоровья и физическую подготовку;
- соблюдать правила соревнований;
- корректно прикрепить стартовый номер и обеспечить возможность его прочтения в течении всего забега;
- в случае схода сообщить об этом судьям на финише или на дистанции.

- сдать электронный чип на финише .

**Регламент соревнований:**
09.30 - 10.40 регистрация, выдача номеров на детские старты и скандинавскую ходьбу

09.30 - 11.40 регистрация, выдача номеров
11.00 – старт участников на 2км
11.20 – старт участников на 4 км

12.00 – открытие соревнований

12.15 – старт участников на 22 км
12.30 – старт участников на 11 км

12.45 - награждение детских групп

14.45 - награждение победителей и призеров
16.00 - закрытие соревнований

**Награждение.**
Награждаются первые три места медалями, грамотами и призами в каждой возрастной группе, первые три места в абсолютном зачете среди мужчин и женщин дистанции 22 км – ценными призами.

**Допуск и регистрация участников.**
Обязательным и достаточным условием получения нагрудного номера является предварительная регистрация участника и оплата стартового взноса.

Несовершеннолетние участники допускаются к участию, только с сопровождением взрослых.

**Стартовые взносы :**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Кросс взрослые | Кросс дети | Скандинавская ходьба |
| ***оплата до 08.10 включительно*** | 800 руб |  400 руб.  | 400 руб.  |
| ***оплата 09.10 -19.10*** | 1000 руб | 500 руб | 500 руб |
| ***оплата на месте в день соревнований*** | 1500 руб | 700 руб | 700 руб |

***20, 21 и 22 октября 2016 года заявки и перезаявки не принимаются.***

Предварительная заявка без оплаты не считается принятой. Отказавшимся от участия в соревнованиях  стартовый взнос не возвращается.

Перерегистрация (изменение дистанции, ФИО, год рождения участника) до 20 октября бесплатная, производится самостоятельно по ссылке, полученной в письме активации или письмом на sportunited@mail.ru

Перерегистрация на месте старта - 300 рублей.

Заявка и оплата на сайте на сайте [o-time.ru](https://new.vk.com/away.php?to=http%3A%2F%2Fo-time.ru)

Данное положение является официальным вызовом  на соревнования